

اعتراض ایران به آمریکا برای حمایت از ادعای ارضی امارات

* معاون وزارت امور خارجه: بیانیه امارات و آمریکا در مورد جزایر سه‌گانه ایرانی، دخالت آشکار در امور داخلی کشورمان است

* تنب بزرگ و کوچک و ابو موسی جزو جدایی‌ناپذیر خاک ایران بوده و خواهد بود

صفحه ۲

شنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۱ - ۱۰ شعبان ۱۴۳۲ - ۳۰ ژوئن ۲۰۱۲ - شماره ۲۵۳۴۸ - ۲۰ صفحه به همراه ۸ صفحه ضمیمه - ۲۰۰ تومان

هشدار دکتر جلیلی نسبت به اقدام‌های غیرسازنده غرب



رقابت یک میلیون و ۶۶ هزار نفر در آزمون سراسری

صفحه ۲

نشست بین‌المللی درباره سوریه امروز در ژنو برگزار می‌شود

* اسد: آماده پرداخت هر پیهایی برای سوریه هستیم

* وظیفه داریم تروریست‌ها را نابود کنیم

* روسیه درباره هرگونه تهاجم نظامی به سوریه، به ناتو هشدار داد

صفحه ۱۶



آغاز ساخت بنیاد علمی سهروردی با حضور رئیس مجلس

* دکتر غلامرضا عاوی رئیس انجمن حکمت و فلسفه: دین الهی بدون حکمت نیست و امنیت حکمای اسلامی در فروزان نگه‌داشتن شعله حکمت است

* آیت‌الله محقق داماد: باغ نمونه ایرانی که نشان از باغ‌های قدیمی فلسفه و حکمت دارد در بنیاد علمی سهروردی ساخته می‌شود

* دکتر علی لاریجانی: افکار مرفقی حوزه حکمت و فلسفه از ایران به یونان رفته است

صفحه ۷

حجت‌الاسلام والمسلمین سیدعلی خمینی:

بهای ارز و سکه

دوباره اوج گرفت

* بهای دلار آمریکا در بازار غیررسمی تهران از ۲۰۸۰ تومان فزاینده شد
* ارزش سکه طلا ۷۰ هزار تومان افزایش یافت

صفحه ۴

نباید اشتباه مسئولان را به پای دین گذاشت

* افراتیون در هر لباسی که باشند در خط امام نیستند
* افراتیون‌ها در بسیاری از موارد در لباس دوست‌ظاهر می‌شوند
* ملت اگر ببینند نظام به سمت آرمان‌های امام حرکت می‌کند تمامی مشکلات را تحمل می‌کنند و ذره‌ای عقب‌نشینی نخواهند کرد

صفحه ۲

۴ عضو کابینه، سنار بوهای مختلف مقابل به تحریم‌ها را تدوین کردند

* وزیر اقتصاد: برنامه‌های آینده را پیش‌بینی کردیم و متناسب با آن وارد عمل می‌شویم

* رئیس جمهوری با تمام سناریوهای مقابل به تحریم‌های غربی موافقت کرده است

* دکتر جلیلی در نامه‌ای به اشتون مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا: ایران مانند گذشته آمادگی دارد به سهم خود در ابتکار عمل‌هایی که بتواند گفتگوهای موفق و رو به جلو را رقم بزند، کماکان مشارکت کند

* مسئولیت هرگونه لطمه به روند سازنده گفتگوها متوجه طرفی است که ابزارهای غیرمشروع را جایگزین منطق در گفتگوها می‌کند

* وزیران خارجه ایران و آلمان درباره مذاکرات هسته‌ای رایزنی کردند

دبیر شورای عالی امنیت ملی نسبت به پیامدهای دوری از منطق در گفتگوها و به کارگیری ابزارهای غیرمشروع در قبال ملت ایران به کشورهای غربی هشدار داد.

سید جلیلی نماینده مقام معظم رهبری با ارسال نامه‌ای خطاب به «کترین اشتون» مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا و هماهنگ‌کننده گفتگوهای ۵+۱

بقیه در صفحه ۲ و ۳

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

بهره‌برداری از راه‌آهن تهران - مشهد

قیام هزمناس ملت‌های عربی علیه رژیم‌های دیکتاتوری خود، دنیا را تحت فشار قرار داده است، تا جایی که مقامات رژیم صهیونیستی به صراحت گفته‌اند وجه مشترک تمامی این قیام‌ها که به بهار عربی معروف شده، ضدغریبی، ضدصهیونیستی و اسلامی بودن آن است. ابعاد یرداری اسلامی چنان گسترده است که قدرت‌های غربی را نیز در شسوک فرو برد، زیرا کشورهای که دیکتاتورهایشان یکی پس از دیگری خلع یا معدوم شدند، همگی از متحدان و طرفداران سرسخت غرب بودند و اکنون در همان کشورها، اسلامگراها با آرای مردمی روی کار آمده‌اند.

چگونگی شکل گرفتن این قیام‌ها، سیاست‌های یک پام و دو هوای غرب در قبال آن، آینده یرداری اسلامی و موضوعاتی دیگر در این ارتباط را با **حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر محمدمسجدجامعی**، سفیر سابق سازمان در واتیکان و مغرب و عضو هیات علمی دانشکده وزارت خارجه را به بحث گذاشتیم که در متن کامل آن در پی نظر خوانندگان محترم روزنامه خواهد گذشت.

*****(اطلاعات):** نخستین پرسش از دکتر مسجدجامعی را به سرایت قیام‌های عربی به کشورهای حوزه خلیج فارس به ویژه بحرین و عربستان اختصاص دادیم و اینکه آیا رژیم‌های عرب حوزه خلیج فارس سرشناس تونس، مصر و لیبی دچار خواهند شد یا با وجود ناوگان نظامی آمریکا در بحرین و قطر، جان سالم به در خواهند برد؟

*****(مسجدجامعی):** تأثیر و تأثر کشورهای جهان عرب از یکدیگر، در بین مجموعه کشورهای یک کم و بیش هم فرهنگ هستند. مانند آمریکای لاتین، آسیای مرکزی یا آفریقای سیاه، به مراتب بیشتر است.

آغاز این تحولات از تونس بود و تونس عمده‌تأثیر را تحت تأثیر قرار داد، ولی تحولات راه گرفته از مصر، کم و بیش حالت بین عربی پیدا کرد، یعنی تمامی کشورهای عربی به نوعی از تحولات مصر متأثر شدند، این جریان از یکسال و نیم قبل شروع شد و هنوز هم ادامه دارد. به طور طبیعی به حوزه خلیج فارس هم رسیده که این از جهت قابل بررسی است، یکی به سبب تحرک یو که برخی گروههای اجتماعی در کشورهایشان دادند. تأثیر دوم آن ناشی از تغییر سریع و وسیع در حوزه سیاست خارجی برخی از این کشورها بود که سعی می‌کردند یک موقعیت جدید برای خود دست و پا کنند که نقطه اوج این پدیده، کشور قطر است. این تحولات همچنین یک دگرگونی اجتماعی را به برخی کشورها پدید آورد که این دگرگونی، صرفاً تظاهرات یا اعتراض مردم نبود، بلکه تعادل اجتماعی آنها

«آشاره: تحت تأثیر قرار گرفت، اوج این جریان را در انتخابات اخیر کویت می‌بینیم که طی آن سلفی‌های طرفدار سعودی، اکثریت کرسی‌های پارلمان کویت را بدست آوردند. تا اینجا کلیات موضوع مطرح شد، اما اینکه داستان بهار عربی در کت کن این کشور چه تغییریاتی ایجاد کرده، بسیار مفصل است. به طور مشخص، بحرین را تحت تأثیر قرار داد، بیشتر مردم بحرین شیعیان هستند که به لحاظ تاریخی صاحبان اصلی این کشورند و دیگران، از جمله خاندان سلطنتی موجود، مهاجر هستند. خاندان آل خلیفه نزدیک به دو قرن پیش از داخل عربستان به بحرین مهاجرت کردند. نه فقط این خاندان، بلکه بسیاری دیگر که امروزه خود را از داخل شبه جزیره به بحرین آمده‌اند و بسادولت‌های حاکم آنها را از مناطق مختلف آورده‌اند تا ترکیب جمعیتی را علیه شیعیان برهم بزنند. این راهم باید اضافه کرد که تا همین چندی پیش، علم و هنر و معماری و به اعتباری، مدنیت بحرین عمدتاً موه‌ن فعالیت شیعیان بود، چون شیعیان، کشاورز یا ماهیگیر بودند و در مناطقی که حضور داشتند ساکن بودند و حالت نقل و انتقال بدویانه نداشتند.

بنابراین به‌طور طبیعی اینها هستند که می‌توانند تمدن و علم را ایجاد کنند. اینها که تحت فشار سنگین نظام حاکم بودند، از بهار عربی تأثیر گرفتند و قیام‌های عربی آنها را به تحرک آورد؛ اگر چه بعد از این داستان طیفی از اهل سنت ناراضی هم به آنها ملحق شدند. *****عربستان سعودی که روابط تنگناکت و تنش‌های با غرب دارد و زمانی به عنوان نقطه نظر کشورهای عربی منطقه می‌شد، اکنون با جری‌های متعددی روبه‌رو است. اگر این نقطه یک سو مرگ دو لیگند در کمتر از یکسال و احتمال چند قدرت میان شاهزاده‌های سعودی واز سوی**

بشار اغا زارهایانی عموی در میان مردم عربستان و اگرانی مقامات سعودی از فروپاشی حکومت بحرین، جاش‌های جدید در برابر حکام سعودی است. اگر این نقطه نقل اعراب نتواند بسر این جاش‌ها غلبه کند، چه آینده‌ای برای آن می‌توان تصور بود؟

عربستان کشور بسیار پیچیده‌ای است. اولاً مشکل می‌توان گفت یک کشور است، زیرا کشور شدنش مربوط به ۷۰ یا ۸۰سال قبل است که توسط عبدالعزیز، پادشاهان کنونی به کشور تبدیل شد. در طول تاریخ هرگز عربستان موجود به شکل یک کشور نبود و به لحاظ تاریخی در این سرزمین، مجموعه‌ای از قبایل و مناطق بودند که این مسئله، یعنی مجموعه‌ای از مناطق بود، مهم است. عربستان شامل چهار منطقه مهم است: «حجاز»، «عسیر» و «حساء» و «تقیف» است. در این کشور، مهم این

نیست که قبایل مختلف وجود دارند، بلکه مهم، تعدد مناطق است.

براساس مطالعه‌مدیانی وسیعی که مدتی قبل انجام شده بود، بیشتر مشاغل مهم سیاسی و امنیتی در ارتش، گارد ملی و بخش‌های حساس عربستان با نجلدی‌هاست. یعنی از جاهای دیگر در این مشاغل خیلی کم می‌پذیرند و هنوز

ساختار کشور دست نخدیی‌هاست. همین نایف‌بن عبدالعزیز ولیعهد که اخیراً فوت شد، در قبرستان نجدی‌ها که آنها که تحت فشار سنگین نظام حاکم خاندان سعودی است که در خارج از ریاض دفن شد، یعنی او را در قبرستان معروف مکه، یعنی قبرستان ابوطالب هم دفن نکردند. به هر حال عربستان کشوری پیچیده با مجموعه‌ای از قبایل و مناطق است. این یک بخش موضوع بود، اما بخش دوم موضوع مربوط به موقعیت این کشور در بازار انرژی و همچنین در موسسات بزرگ بانکی و اعتباری غرب است. گویی یک اجماع نازشته در مجموعه غرب، از آمریکا گرفته تا اروپا، برای حفظ نظام حاکم و موقعیت عربستان وجود دارد.

هیچ یک از کشورهای غربی حاضر نیستند درباره حق خیلی طبیعی و پیش از اقتصادی مثل حق راندگی خانم‌ها در عربستان، علیه دولت سعودی موضع بگیرند. این نشان می‌دهد که استعمار رژیم سعودی و موضع فعلی آن، به طور طبیعی به قدرتهای غربی است. منهای بخش اقتصادی، سیاست‌های کلی عربستان به ویژه در حوزه‌های حساس مانند خاروبه، مورد تشنیل قدرت‌های بزرگ دیاست این فقط شامل کشورها نمی‌شود، بلکه موسسات بزرگ رسانه‌ای و لابی‌های بزرگ اجتماعی و سیاسی نیز سیاست‌های عربستان سعودی را مطلوب می‌دانند. البته این کشور یک سلسله مسائل خاص خود را نیز دارد که در هیچ نقطه دیگری از جهان قابل رؤیت نیست. برای نمونه، کیفیت ارتباط دین، سیاست و نظام حاکم (منظوم دین ریاضیت است)

در عربستان، موضوع پیچیده‌ای است، معمولاً تصویر این است که بخش دینی در عربستان، کاملاً در تمامی موارد، تابع و در خدمت منافع رژیم حاکم است. این تصور تا حدودی درست است، اما نشان‌دهنده کلیت سعی می‌کند گروه‌های ناراضی دینی، یعنی کسانی را که به دلایل دینی از رژیم

به مراکز امنیتی، دینی و سیاست داخلی مربوط می‌شود. البته این پیچیدگی‌ها، ویژگی‌هایی، ایجاد کرده که به یکی از آنها اشاره می‌کنم.

احتمالاً عربستان تنها کشوری است که برای حفظ آرامش داخلی، سعی می‌کند گروه‌های ناراضی دینی، یعنی کسانی را که به دلایل دینی از رژیم

آسیای مرکزی، چین، بالکان و نقاط بحرانی دیگر اعزام کرد. بعد از اشغال عراق، این افراد را به عراق فرستاد و هم اکنون نیز آنها را به سوریه صادر می‌کند؛ ضمن اینکه با شاعرهای مبنی بر حمایت از خلوص دینی و کیان اهل سنت سعی دارد افکار عمومی ناراضی مذهبی را قانع و ساکت کند.

«در ادامه این بحث می‌خواستم دیدگاهتان را درباره نقش آمریکا در تحولات بحرین و عربستان بیان کنید، به ویژه با توجه به حضور ناوگان پنجم آمریکا در بحرین و اینکه اگر ابتدای اعتراضات مردمی، افراد و آمریکا به راحتی این ناوگان را خارج می‌شوند، سلاح به دست گرفته و

اقتصادی هم نقش مهم دارد. *اگر مایل باشید، می‌خواهم در این بخش به بحث سوریه بپردازیم. موضوع سوریه متفاوت از دیگر قیام‌های عربی است، زیرا از همان ابتدای اعتراضات مردمی، افراد و گروه‌هایی که از خارج تحرک می‌شوند، سلاح به دست گرفته و

حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر محمد مسجدجامعی دیپلمات با سابقه کشورمان در گفتگوی اختصاصی با اطلاعات تبیین کرد

شیخ نشین ها و تحولات منطقه



ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه ۱۹۸۰ و بعد از داستان اشغال مسجدالحرام توسط گروه‌های وهابی افراطی یعنی

ناراضی‌اند و زیاد هم هستند، به مناطق بحرانی است. طو دهه

نشست بین المللی درباره سوریه امروز در ژنو برگزار می شود

سرویس خارجی: کوفی عنان نماینده سازمان ملل متحد و اتحادیه عرب در امور سوریه از برگزاری نشست امروز ژنو درباره سوریه خبر داد. این نشست در سطح وزرای امور خارجه پنج کشور عضو دائم شورای امنیت (آمریکا، روسیه، انگلیس، چین و فرانسه) برگزار خواهد شد. علاوه بر نمایندگان کشورهای فوق، کشورهای ترکیه، نماینده ارشد اتحادیه اروپا و دبیر کل سازمان ملل نیز در این نشست شرکت خواهند کرد. وزرای امور خارجه قطر، کویت و عراق و همچنین نماینده‌ای از اتحادیه عرب از دیگر شرکت کنندگان در نشست ژنو هستند. در این حال بان‌کی مون دبیر کل سازمان ملل ابراز امیدواری کرد نشست گروه تماس در ژنو نقطه عطفی برای سوریه باشد. وی که با سؤال‌های متعدد خبرنگاران درباره علت عدم دعوت از ایران برای نشست ژنو مواجه شد، ضمن خودداری از پاسخ روشن به این سؤال‌ها، گفت کوفی عنان نتایج نشست ژنو را با تهران در میان خواهد گذاشت تا آن‌ها نیز در جریان نشست گروه تماس قرار گیرند.

از سوی چین در آستانه نشست گروه تماس سوریه در ژنو، اعلام کرد با هر گونه تحمیل قدرت و دخالت در اوضاع داخلی این کشور مخالف است.

موضعگیری خزاعی

محمد خزاعی نماینده دائم جمهوری اسلامی ایران در واکنش به تلاش آمریکایی‌ها برای عدم حضور تهران در نشست گروه عده‌ای می‌خواهند نفوذ واقعی ایران برای تأکید کرد: در این تلاش هائشان می‌دهد که عده‌ای هنوز در ایران پدیدارند.
لر مناقشات منطقه‌ای را در ک کنند و واقعیت‌های موجود را پدیدارند.
محمد خزاعی که بعد از نشست شورای امنیت در گفت‌وگویی اختصاصی با ایران که از وی پرسید چرا به رغم تأکیدهای مکرر بان‌کی مون و کوفی عنان برای مشارکت ایران در حل بحران سوریه، آمریکا مخالف حضور تهران در نشست ژنو است، گفت: به اعتقاد من موضع دبیر کل سازمان ملل و کوفی عنان بر اساس یک واقعیتی درباره تحولات منطقه و نقش سازنده جمهوری اسلامی ایران برای حل منازعات منطقه است. در تحولی دیگری پس از تعلیق سوریه در اتحادیه عرب، دبیر کل سازمان همکاری اسلامی تهدید کرد در صورتی که دولت سوریه به خواست‌های جامعه بین‌المللی تن ندهد، عضویت این کشور در سازمان را به حال تعلیق در خواهد آورد.

کلیتون در روسیه

هیلاری کلیتون وزیر امور خارجه آمریکا برای مذاکره با سرگئی لاوروف همتای روسی خود در مورد مسایل سوریه وارد شهر سنت‌پترزبورگ روسیه شد. از سوی سرگئی لاوروف وزیر امور خارجه روسیه در کنفرانس مطبوعاتی مشترک با رفیق عبدالسلام همتای تونسی خود در دیدار و معارفه هر گونه تهاجم نظامی احتمالی به سوریه به سازمان پیمان آتلانتیک شمالی (ناتو) هشدار دارد.

سخت‌اناسد

بشار اسد رئیس جمهوری سوریه گفت: با ادامه مقاومت در برابر توطئه‌ها، آماده پرداخت بهای دل‌نشینم.
بش‌گزارش ایران، رئیس جمهوری سوریه در ادامه گفت وگو با بر نامه فراسوی شبکه چهار سیماي جمهوری اسلامی ایران گفت: انظر استعمارگران، کشورهای منطقه نباید در جهت منافع ملی خود حرکت کنند و وقتی کشوری بر خلاف باورها، اصول و وظیفه خود از حرکت کنده اند، آن‌ه می گویند همان‌طور که به برنامه هسته‌ای ایران این اتفاق روي داده است. وی تأکید کرد: در برخی کشورهای منطقه از موضع سوریه در قبال فلسطین، لبنان، عراق و مقاومت در ننگنا قرار گرفته‌اند و تلاش دارند نقش سوریه را کم‌رنگ یا محو کنند. برخی کشورهای این موضع خصمانه ندارند، اما در برابر کشورهای خارجی تسلیم می‌شوند و قادر به تصمیم‌گیری مستقل نیستند. وی با تأکید بر اینکه به رغم همه فشارها، همچنان دست‌نبرازیم، مگر این که ملت‌ها از دست کشیده و در نتیجه از حقوق خود چشم‌پوشی کنند.وی مخالفان را باندهای مزدور و ابرعراقی معرفی کرد و گفت: آن‌ها دولت نیستند، بلکه باندهایی هستند که به وسیله نظامیان هدایت می‌شوند. اسد گفت مسئولیت طبیعی ما به عنوان دولت این است که از همه تهرت‌وستان حفاظت کنیم و وظیفه ما در تروزیست‌ها را نادیده کنیم. هر ترکشتر هر تروزیست جان ده‌ها و صدها هزار نفر را نجات می‌دهد. رئیس جمهوری سوریه در ارزیابی خود از طرح کوفی عنان نیز گفت: طرح عنان طرح خوبی بود اما ژنر باور بدینی با آن برخورد کردیم، مخصوصاً بند مربوط به توقف خشونت‌ها که از نظر ما معنای توقف عملیات مجرمانه گروه‌های تروریستی و توقف حمایت‌های کشورهای حامی از آن‌ها بود. طرح عنان همچنان برای حال و آینده کارایی دارد.

ادامه شت با ترکیه

در حالی که دولت آنکارا به اعزام نیروهای نظامی خود به ترکیه با سوریه ادامه می‌دهد، شورای عالی امنیت ملی ترکیه تأکید کرد این کشور پاسخ محکمی به مدشقی می‌دهد. در همین حال دولت ترکیه به اعزام نیروهای نظامی خود به مرز این کشور با سوریه ادامه می‌دهد و در تاز تتر بین نقل و انتقالات نظامی خود چندین سامانه موشکی و کامیون‌های نظامی را که به درستی مشخص نشده حامل چن‌ع تسجیهات استند به اسنادهای مرزی با سوریه اعزام کرده است. در دیگر این نشست نزدیک به ۲۰ دستگاه خودرو سواری در جریان دو انفجار در یکی از پارکینگ‌های متقاطع قلعہ دمشق در مرکز این شهر منهدم و سه نفر نیز زخمی شدند.

دیدار مشعل و ملک عبدالله دوم در اردن

سرویس خارجی: رئیس دفتر سیاسی جنبش حماس و پادشاه اردن در امان با هم دیدار کرده و آخرین تحولات منطقه و مسائل مورد علاقه را مورد بحث و بررسی قرار دادند.

به گزارش ایسنا، به نقل از خبرگزاری رسمی اردن، عبدالله دوم پادشاه این کشور در دیدار با خالد مشعل رئیس دفتر سیاسی حماس برای پادشاه اردن تمامی امکانات و ظرفیت‌های امنیتی به راه‌حلی عادلانه و فراگیر درباره مساله فلسطین به عنوان مساله محوری و اصلی خارومیانه، تأکید کرد.

خالد مشعل نیز در این دیدار بر روابط عمیق اردن و ملت فلسطین تأکید کرد و گفت دیدار با ملک عبدالله دوم در شرایط زمانی حساس و در راستای تداوم همکاری‌ها و رایزنی‌ها مایم دو طرف برگزگار شد.

خبر دیگر اینکه جنبش حماس از تروزیکی از اعضای کادر این جنبش در سوریه خبرداد. حماس اعلام کرد تحقیقات در خصوص شهادت «کمال حسنی غنابه» از اعضای این جنبش که در منزلش در حومه شهر قدسیای سوریه و در شرایط بسیار مهیجر داد، ادامه دارد و احتمالاً نتیجه تحقیقات نشان خواهد داد وی در پی یک اقدام تروریستی به شهادت رسیده است.

آگهی مزایده شماره ۱-۱۳۹۱/۱۴۰۸

صنایع مهمات سازی شهید ستاری در نظر دارد نسبت به فروش اقلام مشروحه زیر از طریق مزایده کتبی اقدام نماید متقاضیان می‌توانند ضمن تماس با تلفنهای ۲۹۹۷۴۴۵۲ و ۲۲۵۸۷۵۵۴ مهسه روزه پنج بجز پنجشنبه‌ها و روزهای تعطیل در ساعات اداری به منظور بازدید و دریافت برگ شرایط و مشخصات مراجعه و پیشنهاد خود را برای یک یا چند قلم حداکثر تا ساعت ۱۴ روز دوشنبه ۹۱/۰۴/۱۹ درداخل صندوق مزایده پلمپ شده‌ای این صنایع بی‌اندازند، پیشنهادهای رسیده همان روز در کمیسیون فروش باز و نتیجه آن اعلام خواهد شد. سازمان در رد یا قبول یک یا تمامی پیشنهادها مختار می باشد.
آدرس: تهران – بزرگراه شاهپایانی – بزرگراه شهید صیادشیرازی اولین خروجی درب پارکینگ گروه صنایع مهمات سازی – دفتر فروش مهمام

| ردیف | شرح کالا | تعداد |
|------|---|-----------|
| ۱ | انواع ماشین آلات صنعتی و کوره ریخته گری | ۱۸ دستگاه |

۱۴۳۲/م الف

شرکت سرمایه گذاری سیمان تأمین و

شرکت سهامی سیمان فارس و خوزستان

درنظر دارند جهت استقرار سامانه B.I. (هوش تجاری) در ستاد و شرکت‌های تابعه اقدام نمایند. بدینوسیله از کلیه اشخاص حقوقی دارای تخصص لازم جهت ارائه سوابق علمی و اجرایی دعوت به‌عمل می‌آید تا اطلاعات مذکور را از تاریخ چاپ این آگهی به مدت ۱۰ روز کاری در پاکت‌های در بسته به آدرس ذیل تحویل نمایند:

تهران، خیابان شهید بهشتی، خیابان پاکستان، کوچه چهارم، پلاک ۴، طبقه اول (دبیرخانه شرکت)

شرکت سرمایه گذاری سیمان تأمین
شرکت سهامی عام سیمان فارس و خوزستان

صاحب امتیاز: شرکت ارتباطی مؤسسه اطلاعات

مدیر مسئول: سیدمحمد محمود عغانی

سرمدبیر: علیرضا خانی

نشانی: تهران – بلوار میرداماد – خیابان نفت جنوبی – ساختمان

اطلاعات – کد پستی ۱۵۹۹۴۵۳۱۱ (تهران)

پست تصویری تحریریه ۲۲۲۵۸۰۲۲

تلفن: ۲۹۹۹۹

نماینر آگهی‌ها ۲۱ و ۱۹/۲۲۲۵۸۰

تلفن پذیرش آگهی‌ها ۱۸-۱۴-۲۲۲۵۸۰

نشانی اینترنت: http://www.ettelaat.com

پست الکترونیکی: ettelaat@ettelaat.com

اطلاعات

♦ سال هشتاد و ششم ♦

تقویم اطلاعات
شنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۱
۱۰ شعبان ۱۳۳۳ – ۳۰ ژوئن ۲۰۱۲

| | |
|---|----------------------|
| ظاهر شرعی | ۰۸ و ۱۳ دقیقه |
| غروب آفتاب | ۰۲ و ۲۴ دقیقه |
| انام مغرب | ۰۲ و ۴۵ دقیقه |
| نیمه شب شرعی (پایان وقت ادای نماز عشا) | ۰۵ و ۱۵ دقیقه |
| اذان صبح (فرذا) | ۰۴ و ۰۶ دقیقه |
| طلوع آفتاب (فرذا) | ۰۵ و ۵۲ دقیقه |

۲۰ زائر شیعه پاکستانی در حمله تروریستی «کوئته» به شهادت رسیدند



در ولایت بلوچستان در جنوب غرب پاکستان منجر شد. همچنین در میان کشته‌ها دو کودک و یک مأمور پلیس نیز مشاهده شده است این انفجار پنج دقیقه پس از ورود قطار با ۲۵۰ مسافر به این ایستگاه رخ داد.

تجمع میلیونی «تسلیم کامل قدرت» در آستانه تحلیف رئیس جمهوری جدید مصر

سرویس خارجی: مردم انقلابی مصر در میدان التحریر قاهره، تجمع میلیونی «تسلیم کامل قدرت» را برگزار کردند و محمدمرسی در این تجمع برای آنان سخنرانی کرد.
میدان التحریر قاهره دیروز شاهد تجمع صدها هزار مصری به دعوت «مجلس امنای انقلاب مصر» بود. میدان‌های بزرگ دیگر شهرهای مصر نیز در تجمعاتی تحت این عنوان شرکت کردند.مجلس امنای انقلاب مصر هدف از برگزاری این تظاهرات را تأکید بر انتقال کامل قدرت از شورای عالی نظامی حاکم بر مصر به رئیس جمهوری منتخب این کشور و محدود نکردن اختیارات ریاست جمهوری اعلام کرد.
مجلس امنای انقلاب مصر در بیانیه خود همچنین بر ضرورت ادامه تحمض در میدان التحریر قاهره تا تحقیق تمامی خواسته‌های مردم انقلابی مصر به ویژه آنچه که مکمل قانون اساسی خوانده می‌شود، لغو حکم انحلال پارلمان الشعب، عدم تغییر مجلس مؤسسان تدوین قانون اساسی جدید و آزادی تمامی زندانیان سیاسی و بازگشت نظامیان به پادگان‌ها تأکید کرد و محور هائشان مرسی در میدان التحریر قاهره، تلاش‌های صورت گرفته به منظور آغاز برنامه‌های این توسعه و پیشرفت مصر بود.

در همین حال، دفتر ریاست جمهوری مصر با صدور بیانیه‌ای اعلام کرد که محمد مرسی، رئیس جمهوری منتخب این کشور، امروز در مجمع عمومی دادگاه قانون اساسی به طور رسمی سوگند یاد خواهد کرد.مرسی پس از ادای سوگند برای دیدار با سران اجرائی و اتحادیای و حزبی رهبران دانشگاه قاهره خواهد شد تا بدین ترتیب، انتصاب نخستین رئیس جمهوری منتخب مصر پس از انقلاب بیست و پنجم ژانویه، گرمی داشته شود.مرسی در یک سخنرانی در این مورد، امیدهای گاه‌های خود را درباره ابعاد کنونی صحنه سیاسی مصر و مسائل مهم آینده این کشور، تشریح می‌کند.

* توافقات حساس

در چنین شرایطی، منابع وابسته به انخوان المسلمین از مذاکرات این جنبش با فرماندهان شورای عالی نظامی مصر خبر دادند و اظهار داشتند: طرفین در خصوص اصلاحات متمم قانون اساسی که به موجب آن اختیارات رئیس جمهوری محدود خواهد

کند تا حملات هوایی جنگنده‌های ناتویه باسگاه‌های مرزی این کشور متوقف‌شود.

تعیین مهلت
دادگاه عالی پاکستان از رئیس جمهوری این کشور خواست تا فعالیت‌های سیاسی خود را متوقف کرده و از سمت ریاست مشترک حزب مردم پاکستان کناره‌گشدد.
ایسن دادگاه تا تاریخ پنجم سپتامبر رابه عنوان ضرب‌الاجل ترک صحنه سیاست برای اصف‌علی زرداری رئیس جمهوری پاکستان تعیین کرد.

سال گذشته میلادی، دادگاه عالی لاهور پاکستان حکم بر این موضوع داد که زرداری نمی‌تواند هم‌زمان با پست ریاست جمهوری، رئیس مشترک حزب مردم پاکستان هم باشد.

ایسن دادگاه از وی خواست با سمت ریاست مشترک حزب را ترک کند یا وظایف سیاسی در سمت ریاست جمهوری را کنار بگذارد.

بودن مذاکرات را درخواست آن‌ن برای بازگشایی بی‌قید و شرط تدارکاتی تا‌سو و همچنین درخواست‌وی برای انجام عملیات شبکه «حقانی» در خاک پاکستان، دانستند.این در حالی است که پاکستان از ناتو خواست، ترتیبی اتخاذ

ترور یکی از رهبران جریان صدر در بصره

سرویس خارجی: به گزارش خبرگزاری ابراهنا» افراد نزدیک به دفتر صدر در استان بصره از ترور «عبدالستار الیهادلی» آدام جمعه بصره یکی از رهبران این جریان خبر دادند.

«الیهادلی» مقابل منزلش در محله «الطوبیسه» بصره هدف قرار گرفت.

شیخ «کاظم‌المحمدی» یکی از رهبران جریان صدر در بصره اعلام کرد: «چند فرد مسلح نقاب‌دار، به منزل الیهادلی حمله کردند و پس از آنکه محافظانش را در اتاقک مخصوص نگهداری زندانی کردند، تمامی اعضای خانواده بهادلی را به یکی از اتاق‌های منزلش سبسی کردند و پس از تراندازی به حسی بهادلی و به شهادت رساندنش، منزلش را ترک کردند.»

«بهادلی» یکی از رهبران جریان صدر، از فرماندهان «جیش‌المهادی» کشور، با تمامی طرف‌های سیاسی تماس برقرار کرد.



شرکت توزیع برق استان یزد

آگهی مناقصه عمومی شماره ۵: ۱۲۶/۶۰۳ (نوبت اول)

موضوع:انجام عملیات تعویض سیم با کابل خودنگهدار

شرکت توزیع برق استان یزد در نظر دارد **بروزه انجام عملیات تعویض سیم با کابل خودنگهدار** در حوزه عمل امور ۲ شهرستان یزد را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

لذا کلیه شرکت‌های پیمانکاری واجد شرایط، در صورت تمایل می‌توانند از تاریخ ۱۳۹۱/۰۴/۱۰ لغایت ۱۳۹۱/۰۴/۲۰ جهت تهیه اسناد مناقصه با ارائه معرفی‌نامه رسمی و فیش واریزی به مبلغ ۱۰۰۰۰۰ ریال به حساب شماره ۹۵۹۰۶۰۰۴ بانک صادرات شعبه مارکاز یزد به نام شرکت توزیع برق استان یزد به آدرس یزد – بلوار منتظر قائم – شرکت توزیع برق استان یزد – امور بازرگانی مراجعه نمایند. در ضمن پیشنهاددهندگان جهت پاسخگویی به سؤالات احتمالی با شماره تلفن ۶۲۳۸۹۸۹ – ۲۵۱ تماس حاصل نمایند. ذکر شماره مناقصه روی پاکت الزامی و حضور پیشنهاد دهندگان در جلسه آزاد می‌باشد. هزینه چاپ آگهی در روزنامه و کلیه کسورات قانونی به عهده برنده مناقصه می‌باشد. شرکت توزیع نیروی برق استان یزد در رد یا قبول کلیه پیشنهادها مختار است. لازم به ذکر اینست که

۱- محل اجرا: حوزه عمل امور ۲ برق شهرستان یزد

۲- مدت اجرا: سه (۳) ماه ششمی

۳- ضمانتنامه بانکی شرکت در مناقصه: مبلغ کل تضمین شرکت در مناقصه ۹۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال (نود میلیون ریال)

۴- آخرین مهلت تحویل پیشنهادها ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۱۳۹۱/۰۴/۲۱ بوده و بازگشایی پیشنهادها نیز در ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخ ۱۳۹۱/۰۴/۲۱ با حضور اعضاء کمیسیون معاملات انجام می‌گیرد.

۵- مناقصه عمومی دو مرحله‌ای (در دو جلسه برگزار می‌گردد) می‌باشد.

۶- مهلت چاپ آگهی در روزنامه و کسورات قانونی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

به پیشنهادهای مشروط، مهیم، مخدوش و فاقد سرده و پیشنهادهایی که بعد از موعد مقرر ارسال گردد ترتیب اثر نخواهد شد.

سایر اطلاعات مناقصه در سایت تاونیر به آدرس: www.tender.tavanir.org.ir قابل دسترسی می‌باشد.

شرکت توزیع برق استان یزد



فضایی شاد و منجر برای تمامی هم وطنان

شرکت توزیع برق استان یزد

کمیته انژی و معیر اسیع چپانج

۲۷ کشته در حملات مسلحانه نیجر به

فارس: با وجود اعلام آمادگی رئیس جمهوری نیجریه برای گفت‌وگو با شبه‌نظامیان، خشونت‌ها در این کشور طی ساعات گذشته ۲۷ کشته و ده‌ها زخمی برجای گذاشت. مرکز پلیس گوگلاک در منطقه ماداگالی در ایالت ادا‌ماواشمال شرق نیجریه شاهد حمله شدید افراد مسلح بود. در این حمله سه نیروی پلیس کشته و ده‌ه‌ان دیگر به دلیل آتش‌سوزی ناشی از بمب‌های پرتاب شده به سوی ساختمان پلیس زخمی شدند که حال برخی وخیم گزارش شده است.

روحانی مسلمان در جمهوری داغستان ترور شد

ایرنا: افراد مسلح ناشناس یک روحانی مسلمان را در جمهوری داغستان ترور کردند. این حادثه در روستای قره‌مخی منطقه پویناکسک داغستان رخ داد و افراد مسلح ناشناس پس از ترور «محمد کامل حمز توف» روحانی مسجد و یک نفر دیگر، مسجد را به آتش کشیدند.



فارس: رئیس‌جمهوری روسیه در مراسم فارغ‌التحصیلان دانشگاه‌های نظامی تأکید کرد این کشور به هیچ‌کم اجازه نداده و نخواهد داد به زبان زور با روسیه صحبت کند و به هر تهدیدی قاطع و مناسب پاسخ خواهد داد.

پوتین گفت: وظیفه همه سازمان‌های نظامی کشور تضمین تأمین امنیت، منافع و استقلال روسیه است و هر نوع تهدیدی، حال می‌خواهد منشاء آن از طرف هر کس که باشد، بطور قاطع و مناسب پاسخ داده خواهد شد. رئیس جمهوری روسیه ایجاد رنشی مرز ند تقویت امنیت کشورش را یک اولویت بدون تردید ملی نام برد و گفت: ما در اجرای سیاست‌دفاعی اولویت خود را بر مدرن‌ترین ساختار نظامی کشور خواهیم گذاشت.

حمله طالبان به آستان «نورستان» افغانستان

ایرنا: استانداران نورستان در شرق افغانستان اعلام کرد گروهی از افراد طالبان که بیشتر آنان خارجی هستند به مرکز شهرستان کامدیش این استان حمله کردند. وی گفت: نبرد سنگین ادامه دارد و تاکنون ۲۰ تن از شورشیان کشته شده‌اند. وی افزود: شورشیان یک منطقه را به آتش کشیده و تلفات زیادی در غیرنظامیان وارد کرده‌اند.

هوج و مرج بار دیگر رم را فرا گرفت

ایرنا: اعتراض ایالتیایی‌ها علیه سیاستهای ریاضت اقتصادی دولت ماریو مونتی نخست وزیر این کشور به درگیری با پلیس منجر شد و بار دیگر هرج و مرج شهر رم پایتخت افرار گرفت.

تجمع اعتراضی ایالتیایی‌ها در مرکز پایتخت به درگیری و خشونت کشیده شد. شمار زیادی معترض قصد راهپیمایی سوی پارلمان را داشتند که با مداخله پلیس ضدشورش ایالتیایو محاصره معترضان شماری مجروح و برخی نیز بازداشت شدند.

تعیین نخست وزیر جدید صربستان

ایرنا: رئیس جمهوری صربستان «بویسلا دایچ» رهبر حزب سوسیالیست این کشور را برای تشکیل دولت جدید مأمور کرد.

رئیس‌جمهور صربستان گفت انتظار دارد به زودی حزب سوسیالیست در ائتلاف با سایرین، بازنشتسگان، وحدت و مناطق متحد صربستان، دولت آینده را تشکیل دهد. وی تأکید کرد دولت جدید باید کارآمد باشد و تصمیمات خود را با توافق انجام دهد.

۱۸ کشته در درگیری‌های قبیله‌ای لیبی

سرویس خارجی: منابع لیبیایی اعلام کردند در درگیری‌های خونین میان گروه‌های مختلف این کشور بیش از ۱۰۰ تن کشته و زخمی شدند. به گزارش ایسنا، منابع امنیتی لیبی اعلام کردند در درگیری‌های خونین بین گروه‌های مسلح وابسته به چند قبیله «تو» در جنوب این کشور که در آن از تانک و سلاح‌های سنگین استفاده شد، دست‌کم ۱۸ نفر کشته و ۸۲ تن دیگر زخمی شدند. این درگیری‌ها که در نزدیکی مرزهای لیبی با چاد، سودان و مصر رخ داد یکی از خونبارترین انواع درگیری‌های اخیر لیبی میان قبایل و گروه‌های مختلف این کشور به‌شمار می‌رود که از هیچ وجه در این درگیری‌ها دخالت نکرده و تیب زرهی که در این قبیله مستقر است، فقط شاهد این درگیری‌ها بوده است.

ازسویی پیشنهاد غرب برای لیبی در اعتراض به تقسیم ناعادلانه کر سی‌های

پارلمانی ازسوی شورای انتقالی از هفته پیش صدها کامیون را در جاده‌ای ساحلی توقیف کرده‌اند.

شبه‌نظامیان مسلح منطقه بریقه و شماری از متحصنین منطقه وادی الاحمر و بن‌جواد در غرب بنغازی بیش از یک هفته است که مسیر ساحلی وابسته و صدها کامیون حمل کالا که بیشتر آن خودروهای مصری است توقیف کرده‌اند و تنها اجازه عبور خودروهای سواری و کامیون‌های حامل مواد غذایی را می‌دهند.

چگونه به همسر تان اعتماد کنید؟



ازدواج یک تعهد و مسئولیت مهم است. با اینکه هر زن و مردی که تصمیم به شروع زندگی مشترک می گیرند مسئولیت و تعهدات زندگی زناشویی را می پذیرند اما باز هم نگرانی از وفاداری و پابندی باعث می شود بسیاری از زن و شوهرهای جوان اعتماد کامل به شریک زندگی شان نداشته باشند و زن و مردهای دیگر را تهدیدی علیه زندگی خود بدانند.

برای اینکه بتوانید به همسر تان اعتماد کنید و مطمئن شوید که او به شما وفادار است باید از خودتان شروع کنید. آیا شما شرط وفاداری را می دانید؟ اگر شما و همسر تان اصول وفاداری را بشناسید دلیلی ندارد که با هراس از دست دادن، بدبینی و شک و دودلی زندگی کنید:

زمانی که مسئولیت و تعهد زندگی زناشویی را می پذیرید نباید آن را بشکنید. هم شما و هم همسر تان باید شرط وفاداری را به جابیاورید. شک و تردید نسبت به همسر تان او را خائن نمی کند اما هر چقدر شما به همسر تان بدگمان و ظنین باشید به همان نسبت به رابطه عاطفی ای که با او برقرار کرده اید آسیب می زند. اگر هر دوی شما حدود و مرزهای رابطه را مشخص کنید و در همان محدوده گام بردارید به راحتی می توانید به یکدیگر اعتماد کنید. وفاداری، اعتماد و باور، شما و همسر تان را در یک زندگی آرام و مطمئن قرار می دهد.

در صفحه ۶

... پیک تکه آسمان



ای کسی که شگفتی های عظمت پایان نمی پذیرد... ما را از جدال در عظمت بازدار.

ای کسی که مدت پادشاهیت به آخر نمی رسد... گردنهای ما را از بند عقاب خود آزاد ساز.

ای کسی که خزانه های رحمت فنا نمی پذیرد... برای ما در رحمت خود بهره ای برقرار کن.

ای کسی که دیدگان از دیدن فرو می مانند... ما را به ساحت قرب خود نزدیک ساز.

ای کسی که در برابر قدر و منزلت قدرها و منزلت ها خوار و بی مقدار است... ما را نزد خود گرامی دار.

و ای کسی که اسرار اخبار در نظرت آشکار است، بر محمد و آلش رحمت فرست، و ما را نزد خود رسوا مساز.

خدایا به برکت بخشش خود ما را از بخشش بخشنده گان بی نیاز فرما، و با پیوستن خود ما را از وحشت کسانی که از ما می برند نگهدار. تا با وجود بخشش تو به در دیگری روی نیآوریم و با وجود احسان تو از احدی نهراسیم.

خدایا... به نفع ما تدبیر فرمای و بر ضرر ما تدبیر منمای، و مکر خود را در باره دشمنان ما قرار داده و متوجه ما مساز و ما را پیروزی ده و دیگران را بر ما پیروز مگردان.

خدایا بر محمد و آلش رحمت فرست، و ما را از خشم خود نگاهدار و به لطف خود حفظ کن و بسوی خود رهبری نما و از خود دور مگردان. زیرا هر که را که تو نگاه داری سالم می ماند، و هر که را که تو هدایت کنی دانا می شود و هر که را تو مقرب سازی غنیمت می برد.

صحیفه سجاده

خاطرات ، پیشنهادها ونظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید : مربوط به ضمیمه خانواده
ایمیل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh @ etteelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

... کاپی شده

خانواده

۹۳

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

شنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۱
شماره ۲۵۳۴۸

امام صادق(ع):

نیست بنده ای که گناهی کند سپس پشیمان گردد
مگر اینکه خداوند قبل از آنکه آن شخص به زبان از
او طلب آمرزش و استغفار کند او را می آمرزد.

اصول کافی

در هر ساعت بدن ما در چه حال است؟

صفحه ۲



تاثیر اختلالات خواب بر باروری
صفحه ۶



پیشنهاد سر آشپز: پای گوشت
صفحه ۴



خشکبار بر ضد دیابت
صفحه ۵



۷ کلید آموزش انضباط
صفحه ۷

... پیچیده

تا حالا شده این طوری به حرف های خدا نگاه کرده باشی؟

سوگند به روز وقتی نور می گیرد و به شب وقتی آرام می گیرد که من نه تو را رها کرده ام و نه با تو دشمنی کرده ام. (ضحی ۱-۲)

افسوس که هر کس را به تو فرستادم تا به تو بگویم دوست دارم و راهی پیش پایت بگذارم او را که مرا به سخره گرفت. (یس ۳۰)

و هیچ پیامی از پیام هایم به تو نرسید مگر از آن روی گردانیدی. (انعام ۴)

و با خشم رفتی و فکر کردی هرگز بر تو قدرتی نداشته ام (انبیا ۸۷)

و مرا به مبارزه طلبیدی و چنان توهم زده شدی که گمان بردی خودت بر همه چیز قدرت داری. (یونس ۲۴)

و این در حالی بود که حتی مگسی را نمی توانستی و نمی توانی بیافرینی و اگر مگسی از تو چیزی بگیرد نمی توانی از او پس بگیر. (حج ۷۳)

پس چون مشکلات از بالا و پایین آمدند و چشم هایت از وحشت فرو رفتند، و قلبت آمد تو ی گلویت و تمام وجودت لرزید چه لرزشی، گفتم کمک هایم در راه است و چشم دو ختم بینم که باورم می کنی اما به من گمان بردی چه گمان هایی (احزاب ۱۰)

تا زمین با آن فراخی بر تو تنگ آمد پس حتی از خودت هم به تنگ آمدی و یقین کردی که هیچ پناهی جز من نداری، پس من به سوی تو باز گشتم تا تو نیز به سوی من باز گردی، که من مهربان ترینم در باز گشتن. (توبه ۱۱۸)

وقتی در تاریکی هسا مرا به زاری خواندی که اگر تو را برهانم با من می مانی، تو را از اندوه رهانیدم اما باز مرا با دیگری در عشقت شریک کردی (انعام ۶۳-۶۴)

این عادت دیرینه ات بوده است، هرگاه که خوشحالت کردم از من روی گردانیدی و رویت



را آن طرفی کردی و هروقت سختی به تو رسید از من ناامید شده ای. (اسرا ۸۳)

آیا من بر نداشتم از دوشست باری که می شکست پشت؟ (سوره شرح ۲-۳)

غیر از من خدایی برایت خدایی کرده است؟ (اعراف ۵۹)

پس کجا می روی؟ (تکویر ۲۶)

پس از این سخن دیگر به کدام سخن می خواهی ایمان بیاوری؟ (مرسلات ۵۰)

چه چیز جز بخشندگی ام باعث شد تا مرا که می بینی خودت را بگیری؟ (انفطار ۶)

مرا به یاد می آوری؟ من همانم که با دها را می فرستم تا ابرها را در آسمان پهن کنند و ابرها را پاره پاره به هم فشرده می کنم تا قطره ای باران از خلال آنها بیرون آید و به خواست من به تو اصابت کند تا تو فقط لیخند بزنی، و این در حالی بود که پیش از فرو افتادن آن قطره باران، ناامیدی تو را پوشانده بود (روم ۴۸)

من همانم که می دانم در روز رخت چه جراحتهایی برمی دارد، و در شب رخت را در خواب به تمامی بزمی ستانم تا به آن آرامش دهم و روز بعد دوباره آن را به زندگی برمی انگیزانم و تا مرگت که به سویم باز گردی به این کار ادامه می دهم. (انعام ۶۰)

من همانم که وقتی می ترسی به تو امنیت می دهم (قریش ۳)

برگرد، مطمئن برگرد، تا یک بار دیگر با هم باشیم (فجر ۲۸-۲۹)

تا یک بار دیگر دوست داشتن هم دیگر را تجربه کنیم. (مائده ۵۴)

و آنگاه که دوست داری کسی به یادت باشد به یاد من باش که همواره به یادت هستم (بقره ۱۵۲)



برداشت طلایی از مزارع ورامین / عکس ها: فارس



بازارچه صنایع دستی جزیره هنگام در قشم

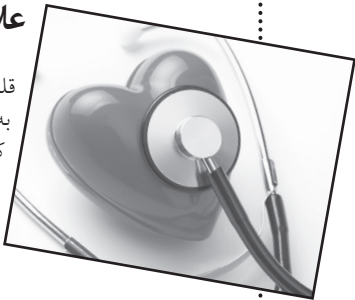


کاشت نشای برنج در اصفهان

علائم مشترک با حمله قلبی

یک تذکر درباره حمله قلبی این است که باید بدانیم که هر حمله قلبی لزوماً با درد در ناحیه بازوی چپ آغاز نمی شود. بهتر است که به درد شدید در ناحیه آرواره هم حساس باشیم. شما ممکن است که در طول یک حمله قلبی هیچ احساس دردی در ناحیه قفسه سینه نداشته باشید اما تهوع و عرق کردن شدید هم از علائم رایج این بیماری است.

شصت درصد افرادی که در خواب دچار حمله قلبی می شوند هرگز از خواب بیدار نمی شوند. اما درد در ناحیه آرواره می تواند هشدار دهنده باشد و شما را از خواب عمیق بیدار کند. بهتر است که مراقب باشیم، هر چه بیشتر بدانیم به ما شانس بیشتری برای زنده ماندن می دهد.



سرطان را از خود برانید



چندی پیش خانم ف م، ۲۲ ساله دانشجوی رشته پزشکی در اوج دوران زیبایی و جوانی به علت عارضه سرطان ریه از دست رفت. بیماری سرطان اکثر اوقات قابل جلوگیری است به شرط آنکه راه مقابله با آن را بدانیم.

نوشیدن آب سرد پس از غذا خوردن

سرطان زاست

خوردن یک لیوان نوشیدنی خنک به نظر خیلی مطبوع میرسد. حال آنکه زمانی که شما آب سرد بعد از غذا میل میکنید آب سرد می تواند توده های چربی را که شما با غذا خورده اید سفت و منجمد کند. این عمل فرآیند هضم غذا را کند کرده و نیز زمانی که با اسید معده ترکیب می شود تجزیه شده و بسرعت توسط روده جذب می شود. حتی سریعتر از غذای جامد.

این ماده سطح روده را می پوشاند و تبدیل به چربی شده و محمل مناسبی برای سرطان می شود.

پس بهترین کار این است که پس از خوردن غذا سوپ یا نوشیدنی گرم بخوریم.

تشخیص آینه های دوطرفه

در اتاق های پرو

این روزها مساله امنیت و پخش عکس و فیلم های خصوصی داغ است و جدای اینکه با پیشرفت های خوبی که در زمینه ساخت دوربین های مخفی که تشخیص آنها هم چندان آسان نیست میسر شده، زمان خوبی هست که این مطلب را نیز بخوانید:

بحث آینه های دو طرفه، بله افرادی به این روش از شما در حالیکه در هتل یا اتاق پرو یا در حمام یا دستشویی هستید فیلم یا عکس تهیه کرده و به معرض دید عموم می گذارند. پس حتماً قبل از اینکه از محل های دارای آینه استفاده کنید از یکطرفه بودن آن مطمئن شوید! اما چگونه؟ قبل از هرکاری از این تست ساده استفاده کنید:

انگشت خود را روی آینه قرار داده. اگر بین انگشت شما و تصویر آن یک فاصله ای باشد، این آینه واقعی است. اگر انگشت شما به تصویرش چسبیده باشد، این آینه دو طرفه است و فردی دارد شما را مشاهده می کند. دلیل: چون در آینه واقعی لایه جیوه در پشت شیشه است ولی در آینه های دو طرفه لایه جیوه در روی سطح شیشه است. از همه شما دوستان خوبم انتظار دارم این موضوع را برای آشنایان خود مطرح کنید و نگذارید عده ای سودجو و فرصت طلب، آبروی فرد یا خانواده ای را مورد سوء استفاده قرار دهند.

در هر ساعت بدن ما در چه حال است؟

ساعت ۱۱ شب بدنمان در چه وضعی است؟ ۱۲ شب یا ۳ نیمه شب چطور؟ برای سالم زیستن، باید خواب راحت و آرامی داشته باشیم. پس به موارد زیر دقت کنید تا اهمیت خوابیدن برای شما روشن گردد:

ساعت ۹ تا ۱۱ شب: زمانی است برای از بین بردن مواد سمی و غیر ضروری که این عملیات توسط آنتی اکسیدان ها انجام می شود. در این ساعت بهتر است بدن در حال آرامش باشد. در غیر این صورت اثر منفی بر روی سلامتی خود گذاشته اید.

ساعت ۱۱ تا ۱۲ شب: عملیات از بین بردن مواد سمی در کبد ادامه دارد و شما باید در خواب عمیق باشید.

ساعت ۱ تا ۳ نیمه شب: عملیات سم زدایی در کیسه صفرا، در طی یک خواب عمیق به طور مناسب انجام می شود.

ساعت ۳ تا ۵ صبح: عملیات از بین بردن مواد سمی در ریه اتفاق می افتد. بعضی مواقع دیده شده که افراد در این زمان، سرفه شدید یا عطسه می کنند.

ساعت ۵ تا ۷ صبح: این عملیات در روده بزرگ صورت می گیرد، لذا می توانید آن را دفع کنید.

ساعت ۷ تا ۹ صبح: جذب مواد مغذی صورت می گیرد، پس بهتر است صبحانه بخورید. افرادی که بیمار می باشند، بهتر است صبحانه را در ساعت ۶ و ۳۰ دقیقه میل کنند. کسانی که می خواهند تناسب اندام داشته باشند، بهترین ساعت صرف صبحانه برای آنها، ساعت ۷ و ۳۰ دقیقه می باشد و کسانی که اصلاً صبحانه نمی خورند، بهتر است عادت خود را تغییر دهند و در ساعت ۹ تا ۱۰ صبح صبحانه بخورند. دیر خوابیدن و دیر بلند شدن از خواب، باعث می شود مواد سمی از بدن دفع نشوند. از نصفه های شب تا ساعت ۴ صبح، مغز استخوان عملیات خون سازی را انجام می دهد.

در ایام تعطیل، بسیاری افراد تا دیر وقت بیدار می مانند و بعد از اتمام تعطیلات، با خستگی به سر کار می روند، چون اعمال بدنشان دچار سردرگمی شده است و نمی داند چه باید انجام دهد. پس همیشه، زود بخوابید و خواب آرامی داشته باشید.



چرا گلاب؟

می دونید چرا توی مراسم عزا گلاب زیاد استفاده می شه؟ چرا گلاب می ریزند روی لباس و بدن عزادارها؟ چرا توی مراسم عروسی این گلاب استفاده نمی شه؟ چرا وقتی شاد هستیم کسی دست به گلاب نمی زنه؟

به خاطر اینکه گلاب غم زدا است. ترشح ئیدروفرین و اندروفرین را در مغز متعادل می کنه و احساس آرامش و آسودگی به آدم می ده. شش آب که فکرای بد توی کله ات میاد، آگه هی اینور و اونور می شی نمی تونی بخوابی کافیه یک پارچه سفید برداری و روش گلاب بریزی و بگذاری زیر سرت، تا صبح مثل یک دسته گل می تونی بخوابی. نسخه دوم هم پیشنهاد می کنیم یک لیوان بر داریم و یک چهارم آن را عسل بریزید و دو سوم آب جوش و کمی گلاب. قبل از خواب این شربت رو صرف کنید ببینید چه قدر برای خواب مناسبه.



نجات

در یک مهمانی مهناز خانم ناگهان با بشقاب غذا در دستش به زمین خورده، فکر می کرد علت زمین خوردنش کفش جدیدش است که هنوز به آن عادت نکرده. دوستان کمک کرده و او را از زمین بلند کردند و بر نیمکتی نشاندند و جویای حالش شدند.

جواب داد حالش خوب است و ناراحتی ندارد.

مهماندار بشقاب جدیدی با غذا به ایشان داد... مهناز خانم بعد از ظهر خوبی را به اتفاق دوستانش گذراند و بسیار راضی به اتفاق همسرش به خانه برگشت. چند ساعت بعد همسر مهناز به دوستانی که در مهمانی بودند تلفن کرد و اطلاع داد که او را به بیمارستان برده اند. مهناز خانم در ساعت ۱۸ همان روز در بیمارستان فوت کرد و پزشکان علت مرگ را سکتة مغزی تشخیص دادند.



...سینما

قفس طلایی

اکران های این روزهای سینما کم کم به پایان کار خود نزدیک می شوند. در هفته های گذشته بیشتر فیلم های پر فروش را به شما پیشنهاد دادیم. تنها فیلم باقی مانده قفس طلایی است که اگر قبلی ها را دیده اید، این هفته باید به این فیلم قناعت کنید تا در روزهای آینده به دیدن تازه های اکران بروید. قفس طلایی فیلمی است به کارگردانی محمد زرین دست، تهیه کنندگی علی اکبر مزینانی و نویسندگی شوبیر شیرازی که در سال ۱۳۸۹ ساخته شده است. سکاس هایی از این فیلم در کشور آمریکا تصویربرداری شده و امین حیایی، نیلوفر خوش خلق، سروش گودرزی، هوشنگ توکلی، آهو خردمند و کامبیز دبیراز در کنار اورتسز ماتاسینا، جو استوز، شلبی لی، فرانسیس یوان، کتیلین مک لی. در این فیلم بازی می کنند. این فیلم ۱۰۰ دقیقه ای روایت زندگی امیر فرزند کوچک خانواده ایزدی بزرگ است که با امید کسب موقعیت های بهتر از سوی پدرش به خارج از کشور فرستاده می شود ولی پس از چندی به دلیل بروز اختلافاتی رابطه امیر با خانواده اش قطع می شود و منصور برادر بزرگتر امیر برای بازگرداندن وی به آمریکا می رود و ماجراهایی در آنجا اتفاق می افتد.



...تئاتر

مستر پرزیدنت

از هفته گذشته مجموعه تئاتر شهر میزبان یک تئاتر محیطی به نام مستر پرزیدنت شده که قرار است تا آخر تیرماه هر روز در ساعت ۶ بعداز ظهر اجرا شود. این نمایش که کاری از رضا صورتی است، بر اساس نمایشنامه ای از مصطفی حاجی قاسمی ساخته شده و داستان یک سرباز آمریکایی را روایت می کند که از جنگ برگشته و چیزهای زیادی را در زندگی و جنگ از دست داده است. او حالا از رئیس جمهور می خواهد به مطالباتش پاسخ دهد.

نمایش مستر پرزیدنت سومین تجربه مشترک کارگردانی رضا صورتی و مصطفی حاجی قاسمی است. این دو پیشتر نمایش های «تکه تاریکی از ماه» و «من رویاهایم را در ماه خاک می کنم» را به روی صحنه برده اند.

علی سلیمانی سرنسری تنها بازیگر این نمایش است و سایر عواملی که در اجرای «مستر پرزیدنت» همکاری می کنند عبارتند از مدیر تولید و اجرا: امیر مفتخر دریایی نژاد، دستیار کارگردان و برنامه ریز: مجید عبدی، طراح لباس: زهره رحمانی، موسیقی: سپهر جلالوند، منشی صحنه: نغمه میمندی، قیمت بلیط این نمایش ۵ هزار تومان است.



داستان



نام‌ها

- قسمت یازدهم**

تاکنون در مجموعه نام‌ها با بیست و یک نام آشنا شده اید. در این شماره نیز با نام «غزال» آشنای می‌شوید اما نام‌هایی که در این یازده قسمت ذکر شده اند، بیش از بیست و دونام بوده‌اند که گاهی ارتباط بین این نام‌ها ممکن است، آشکار نباشند با کمک این نمودار سعی کرده‌ایم که روابط را نشان دهیم.

غزال

اولین بار که غزال را در کلاس زبان دیدم تازه متوجه شدم ما چندسالی ست که هم‌کلاسی هستیم و تمام آن مدت، من او را ندیده‌ام. نه این که ندیده باشمش یا اسمش را بلد نباشم نه، هر روز در مدرسه و در یک کلاس سر می‌کردیم ولسی هیچ وقت متوجه صمیمیت و مهربانی اش نشده‌بودم و تسلطش به زبان و پشتکار فوق‌العاده‌اش و احساس مسئولیتی که داشت.

با این همه ما فقط هفته‌ای دو روز با هم حرف می‌زدیم روزهای یکشنبه و سه شنبه که پیاده تا کلاس زبان می‌رفتیم و برمی گشتیم. در مدرسه هیچ کدامان به رویمان نمی‌آوردیم که باهم کاری مشترک انجام می‌دهیم و مثل دو غریبه از کنار هم می‌گذشتیم.

من با این که اولین قدم استقلال را برداشته بودم و علی رغم نیامدن ششیده به کلاس زبان، کلاس زبان می‌رفتم و از طرح خودآموز زیانش

استقبال نکرده بودم اما هنوز ششیده برایم مهمترین آدم روی زمین بود و تنها با کسانی در مدرسه دوستی می‌کردم که از دوستان و تایید شدگان او بودند.نه این که غزال مورد تایید ششیده نباشد نه غزال دختر ساکت و سر به زیری بود که زیاد کاری به کار کسی نداشت ودر طرح‌های انقلابی شیده هم شرکت نمی‌کرد و زیاد با کسی دم‌خور نبوده گمانم آن سال‌ها شاگرد دوم یا سوم کلاس بود ولی حتی درس خویش هم توجه بچه‌ها یا معلم‌ها را بر نمی‌انگیخت، همه با احترام از کنارش می‌گذشتند، چون واقعا دختر محترمی بود.اگر کسی توی کلاس مشکل درسی داشت می‌دانست که غزال هست و همیشه کمکش می‌کند اما زمان جسارت که می‌رسید،وقت مسابقات و شیطنت‌ها واروها کسی کاری به کار غزال نداشت و او هم در حاشیه می‌آمد و می‌رفت و کاری به کار کسی نداشت انگار فارغ از همه هیاهوهای مدرسه یک برنامه مشخص را

دنبال می‌کرد برنامه‌ای که سال‌ها بعد برای همه امان روشن شد.

روزی که نتیجه کنکور اعلام شد و معلوم شد که ششیده و چند تا از بچه‌های کلاس دانشگاه تهران قبول شده‌اند و تنها من و غزال شهید بهشتی افتادیم، خیلی دلخور شدم.آن موقع حاضر بودم هر کاری کنم حتی یک سال دیگر پشت کنکور بمانم تا با ششیده هم دانشگاه شوم اما چند ماه بعد که دوستی‌ام با ششیده را برای همیشه گسستم فهمیدم که هم کلاس بودن با غزال چه نعمتی ست و اگر غزال نبود رفتن راه طولانی دانشگاه، تنها چقدر سخت بود.

هنوز دانشگاه شروع نشده بود که شنیدم ششیده از ویدا برای برادر بزرگش خواستگاری کرده است این خبر را از خود ششیده نشنیدم از زبان دوستان دیگر دوره دبیرستان شنیدم. آن زمان در اوج دوستی با ششیده بودیم و هیچ وقت هیچ اتفاقی را از هم پنهان نمی‌کردیم و برایم عجیب بود که چرا ماجرای خواستگاری را برایم تعریف نکرده و ته دلم از انتخابشان خیلی هم خوشم نیامده بود چون آن زمان این پیش فرض را داشتیم که صفورا من را برای برادر دومی ششیده پسندیده و از خویشاوندی با ویدا چندان خوشم نمی‌آمد.

بعد که ویدا گفت به خواستگاری برادر بزرگ شیده، جواب رد داده است و بلافاصله بعد از آن شیده و برادر بزرگش با صفورا به خواستگاری‌ام آمدند، تصور کردم که تمام دوستی ام با شیده یک وهم بوده است. صمیمیتی که دوست داشتم تمام زندگی ام را وقف آن کنم، مثل یک سراب دور تهی به نظرمی آمد.با این همه با اصرار مادرم با برادر صفورا به تنهایی حرف زدم و مطمئن شدم که هیچ نقطه اشتراکی وجود ندارد که بتواند به پشتوانه دوستی قدیمی من و ششیده، آینده‌ای را ترسیم کند. دوستی که یکدفعه برایم پر از اما و اگر شد و ناگهان انگار به یک بیداری، یک آگاهی رسیدم و تمام ریسمان خیالی که تا آن زمان بافته بودم، بریدم و گسستم.

این گسستن از چند سو برایم سخت بود، تنهایی و دور شدن از حلقه دوستانی که ششیده سر آمد آنها بود و عادت چندساله به بودن با شیده، دلخوری مادرم از این گسستن و جنگ سردی که در خانه راه افتاده بود و دوری از صفورا.

اوایل فکر نمی‌کردم که دوری از مهربانی‌ها و نوازش‌های صفورا می‌تواند چنان دل‌تنگم کند اما چند روزی نگذشته، متوجه شدم که ارتباط با صفورا چقدر برایم مهم و موثر بوده است و ماه‌ها، روزها، ساعت‌ها و لحظه‌های زیادی با خودم جنگیدم تا تلفن را بر ندارم تا صدای مهربانش را که بلافاصله بعد از برداشتن تلفن می‌گفت: «سلام علیکم، بفرمایید» را بشنوم. و شنبه، دوشنبه‌های زیادی بود که راهم را کج می‌کردم از جلوی خانه اشان بگذرم تا وقتی برای جلسه قرآنش بیرون می‌آید مثلا اتفاقی ببینمش اما هیچگاه دیگر ندیدمش تا چند سال بعد که غزال خبر بیماری سخت و بعد مرگش را برایم آورد..

–روزی که صفورا از دنیا رفت، سر کار بودم که غزال زنگ زد و خبر داد. گنج شده بودم و نمی‌توانستم تمرکز کنم. از دفتر مجله بیرون زدم و ساعت‌ها توی خیابان راه رفتم وبا تعجب به آدم‌ها نگاه می‌کردم به آدم‌هایی که با شادی خرید می‌کردند، سر قیمت‌ها چانه می‌زدند و سرخوشانه راه می‌رفتند. نمی‌فهمیدم چطور همه چیز سر جای خودش است، زندگی می‌گذرد در

شنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۱ _ شماره ۲۵۳۴۸

حالی که یک جزء بزرگ از مهربانی دنیا کم شده است. این حس را سال‌ها بعد روز مرگ‌هاله هم تجربه کردم، فقط آن روزها ستم بیشتر بود و بهتر می‌توانستم اتفاق‌های تلخ دنیا را هضم کنم.

غزال روزهای مریضی صفورا خیلی سعی کرد که مرا به دیدنش ببرد و بعد برای تشییع جنازه و حتی ختمش و بعد تر برای سر سلامتی و تسلیت به ششیده. اما نمی‌توانستم هر کاری که می‌کردم نمی‌شد در تنهایی یا با غزال مرور خاطرات می‌کردم، خیس عرق می‌شدم، گریه می‌کردم اما تاب دیدار صفورا و بعدها تسلیت گفتن به ششیده را نداشتم.

و اگر غزال نبود چطور می‌توانستم آن روزهای سخت را تاب بیاورم.غزال مهربان و آرام که بدون هیچ شتابی آرام آرام در دل آدم‌ها اثر می‌گذاشت. غزال بی هیاهو که زودتر از همه ما بچه‌های فنی لیسانسش را گرفت و وقتی ما تازه لیسانس گرفته بودیم ودر جستجوی کار بودیم، فوق لیسانسش را هم گرفت و تا به خودمان بجنبیم برای دکتر اقدام کرد و عازم دانشگاه میشیگان شد.

رفتن غزال گرچه بی‌سر و صدا و بدون حاشیه بود اما خیلی سخت و دل‌تنگی آور بود. من با این که کار می‌کردم وبا ثمنه و دوستانش آشنا شده بودم اما با غزال دوستی دیگری داشتم و روزهای متفاوتی را گذرانده بودم و بعدها پس از ازدواجم و ماجراهای ثروت جون با خودم فکر می‌کردم که شاید اگر غزال بود، کمتر سخت می‌گذشت. شاید.

سخت‌ترین قسمت ماجرای رفتن غزال، دور شدن از پدر و مادرش بود.مادر و پدر غزال که تنها همین یک دختر را داشتند و با دست تنگ و سختی او را بزرگ کرده بودند، نبودن غزال برایشان سخت و غیر قابل درک بود آنها دوست داشتند غزال بماند و به برادر هایش کمک کند تا آنها هم در درس موفق شوند و می‌ترسیدند از این‌ که غزال بدون هیچ پولی با دست خالی و بدون تجربه‌راهی یک کشور دور می‌شود و نگران بودند که درس خواندن زیاد غزال را برای همیشه از ازدواج منصرف کند که این چنین هم شد. اما روزی که غزال جایزه استاد نمونه و مبتکر را در دانشگاه میشیگان از آن خود کرد شادی این موفقیت تمام نگرانی‌های مانده‌شان را هم شست و برد و چند سال بعد هم که همه خانواده در آمریکا دور هم جمع شدند و همه آن روزهای سخت تبدیل به خاطرات دوری شدند که دیگر به چشم نمی‌آمدند.

آن روزها تنها حامی غزال در رفتن دایی ناتنی اش بود که استاد دانشگاه بود و خودش سال‌ها در آمریکا درس خوانده بود و از سال‌های دبیرستان او را حمایت کرده بود تا بتواند روزی بورسیه تحصیلی از یک دانشگاه معتبر بگیرد.

برای من و چند دوست مشترک دیگر هم ادامه درس خواندن تا دکتر ا کمی عجیب بود و در زندگی هیچ کدامان تعریف نشده بود. خواندن پزشکی و ادامه آن قابل قبول بود اما دکترای مکانیک برای یک دختر کمی دور از ذهن به نظر می‌رسید.

اما رفتن و درس خواندن در یک کشور دیگر کار هیجان‌انگیزی بود که حسرت همه‌امان را برمی‌انگیخت، گرچه چند سال بعد که غزال برای بردن برادرش به ایران آمد و از سختی جاناکه درس خواندن در آنجا گفت و از زندگی ساده ودانشجویی که سال‌ها بود ازش فاصله گرفته بودیم، فهمیدیم که ما مرد این میدان نبودیم.

... گشت و گذار

آرامگاه ارغون شاه

در فاصله سه کیلومتری روستای رادکان و ۸۵ کیلومتری غرب مشهد برجی از جنس آجر قرار گرفته که می‌توان آن را یکی از مهم‌ترین بناهای تاریخی خراسان رضوی و البته ایران دانست. موقعیت قرار گرفتن برج در دشت بیابانی و ارتفاع آن باعث می‌شود که ساختمان بنا از مسافتی نسبتاً دور دیده شود. این برج باستانی به میل یا برج رادکان مشهور است و تاریخ ساخت آن به حدود ۸۰۰ سال پیش می‌رسد.

این برج کاربرد آرامگاهی دارد ولی مردم محلی و چوپان‌های منطقه اصرار دارند تا به هر تازه‌واردی بقبولانند این برج روزگاری پیشتر، قصر یک پادشاه بزرگ بوده است! قصری که البته هیچ اتاق، راهرو و سلالنی ندارد و تنها یک فضای مدور برجی شکل مسقف به گنبد همراه راه‌پله است! این برج قدیمی‌ترین مقبره برجی در ایران با نیم ستون متصل در سطح خارجی است. هر چند هنوز هیچ سند رسمی برای انتساب این محل به ارغون‌شاه وجود ندارد و به گمان برخی از پژوهشگران، ارغون‌شاه در این محل دفن شده و عده‌ای دیگر نیز ادعا می‌کنند آرامگاه وی در استان زنجان و منطقه سلطانیه قرار دارد.



موزه سنگ و گوهر

حتمأً می‌دانید که ایران یکی از کشورهای دنیاست که منابع غنی از انواع سنگهای قیمتی و تزیینی دارد و از این جهت یکی از ۵ کشور ثروتمند جهان محسوب می‌شود. حالا گلچین این سنگ‌ها در موزه‌ای به نام سنگ و گوهر جمع‌آوری شده است.

بزرگترین موزه سنگ و گوهر ایران در طبقه همکف باغ ارم شیراز قرار دارد. موزه‌ای که در آن بیش از ۱۴۰ نوع گوهر سنگ تزیینی از سراسر ایران و جهان به نمایش گذاشته شده است. مشخصات کامل همه سنگ‌ها و گوهرهای ارائه شده در این موزه در کنار آنها ارائه شده است و می‌توان گفت این موزه بهترین دانشگاه برای سنین مختلف از کودکان تا سالمندان است. جالب است بدانید که سنگ‌ها از دو جهت اهمیت دارند یکی قیمت آنها و دیگری انرژی که درون این سنگ‌ها نهفته است و برای درمان بعضی از بیماری‌ها در انسان به کار می‌رود. موزه سنگ و گوهر شیراز با همکاری دانشگاه شیراز باغ ارم راه‌اندازی شده و ۲۵۰ متر وسعت دارد. البته سه موزه سنگ دیگر هم در برج آزادی تهران و کاخ موزه رامسر و شهر اراک فعال است.



ویلون سل نواز سارایوو

کتاب «ویلون سل نواز سارایوو» نوشته استیون گالووی با ترجمه بابک مظلومی پیشنهاد این هفته ما برای کتاب خوان‌هاست که براساس یک ماجرای واقعی نوشته شده است. این کتاب ماجرای کشته شدن ۲۲ نفر در خیابان‌های شهر سارایوو را از زبان

راوی سوم شخص و زبانی ساده و بی‌پیرایه روایت می‌کند و در آن یک زن و سه مرد حضور دارند که هر یک از خود شهامت‌هایی را به نمایش می‌گذارند. این رمان از ایستادگی شهری در برابر خشونت و ناامنی سخن می‌گوید و به از ارزش‌های متعالی بشری در موقعیت‌های جاناکه تاریخی نگاه می‌کند.

«ویلون سل نواز سارایوو» از سوی انتشارات «کتابسرای نشر نیکا» با قیمت هشت هزار تومان منتشر شده است و شما در آن ماجراهای ساعت چهار بعداز ظهر ۲۷ ماه مه سال ۱۹۹۲ را می‌خوانید که در گرما گرم محاصره سارایوو، چند خمپاره به گروهی از مردم که پشت بازار «واسه میسکینا»، در صف نان ایستاده بودند، اصابت کرد. ۲۲ نفر کشته شدند و دست کم هفتاد نفر زخمی. طی ۲۲ روز بعد «ودران اسماعیلوویچ»، ویلون سل نواز معروف محلی، آداجیو آلبینونی در ژمینور رادر محل واقعه و به افتخار کشته‌شدگان آن نواخت و الهام بخش این رمان شد

...دنیای شیرین

شربت سکنجبین

سکنجبین یا سرکه انگبین یک شربت سنتی خوش طعم است که هر ایرانی حداقل یک بار آن را نوشیده است. برای درست کردن این شربت خوشمزه در تابستان، کار سختی لازم نیست انجام دهید. با شکر و سرکه و کمی نعناع یک نوشیدنی متفاوت خواهید داشت.

● مواد لازم:

| | |
|------------|------------|
| شکر | ۱ کیلو |
| آب | ۳/۵ پیمانه |
| سرکه | نصف لیوان |
| نعناع تازه | ۲۰ شاخه |
| طرز تهیه: | |

نعناع‌ها را به دقت بشویید و اجازه دهید که آب آن خشک شود. شکر را با آب روی حرارت گذاشته و بدون هم زدن، ۲۰ دقیقه بجوشانید. حالا برگ‌های نعناع را به شیره اضافه کرده و ۲۰ دقیقه دیگر حرارت دهید. بعد از ۴۰ دقیقه شیره قوام آمده و غلیظ شده است. حالا سرکه را اضافه کنید و ۵ دقیقه بجوشانید. سرکه را ذره ذره اضافه کنید تا حدی که به طعم دلخواهتان نزدیک شود. ممکن است شما نیاز به تمام نصف لیوان سرکه نداشته باشید یا برعکس بخواهید کمی شربت تان ترش تر شود و سرکه بیشتری استفاده کنید.

بعد از خاموش کردن شعله گاز، اجازه دهید شربت با محیط هم دما شود. حالا آن را از صافی بگذرانید تا نعناع‌ها جدا شده و بقیه شیره را در شیشه ریخته و توی یخچال نگهداری کنید. هر بار این شیره را می‌توانید با آب مخلوط کرده و شربت سکنجبین داشته باشید!

نکته: دلیل شکرک زدن شربت، غلظت زیاد آن است که می‌توانید این مشکل را با کمی آب جوش و یک قاشق آبلیموی مخلوط شده با شربت، روی حرارت ملایم حل کنید. در مقابل اگر شربت تان زیادی رقیق باشد، کپک می‌زند.



...آشپزخانه رژیمی

کوفته مرغ

کوفته مرغ یک کنار غذای لذیذ و خوشمزه است که با مواد ساده‌ای که معمولاً در خانه دارید، تهیه می‌شود.

● مواد لازم:

| | |
|--------------------------|---------------|
| مرغ پخته چرخ شده نرم شده | ۲ پیمانه |
| نان خشک کوبیده شده | ۱ پیمانه |
| کره ذوب شده | ۷۰ گرم |
| تخم مرغ | ۲ عدد |
| آب مرغ | ۲ تا ۳ پیمانه |
| نمک و فلفل و ادویه | به میزان لازم |
| طرز تهیه: | |



مرغ را پزید و له کنید یا در میکسر یا چرخ گوشت آن را چرخ کنید. نان خشک کوبیده و نرم شده را به مرغ اضافه کرده و ادویه‌های مورد علاقه تان را به آن بزنید. کره را آب کرده و اجازه دهید خنک شود. حالا تخم مرغ‌ها را یکی یکی در کره آب شده بریزید و خوب بهم بزنید. این مایه را به مخلوط مرغ و آرد اضافه کنید.

مایه باید به شکل خمیر سفتی که به دست نچسبد، در بیاید. در صورت تمایل می‌توانید از کمی سبزی خشک هم در کوفته تان استفاده کنید. این مخلوط مرغ و آرد را به شکل دلخواه در آورید.

آب مرغ را روی حرارت بگذارید تا جوش بیاید و غلیظ شود. سپس گلوله‌ها را داخل آب بگذارید. همه گلوله‌ها را همزمان در آب نگذارید که اگر یکی از آنها در آب وارفت بتوانید با اضافه کردن یک زرده تخم مرغ دیگر به مایه، آن را قوام بیشتری بدهید. بعد از پخته شدن کوفته‌ها، آنها را از آب درآورده و میل کنید.



روی تمام سطح گوشت را سس بشامل ریخته و آن را در فری که قبلاً گرم کرده‌اید، بگذارید. ۱۵ الی ۲۰ دقیقه بعد که خمیر پخت و سس به خورد مواد رفت، ظرف را بیرون آورده و پنیر پیتزا رنده شده را روی آن بریزید. حرارت فر در تمام این مراحل باید ۱۶۰ درجه سانتی گراد باشد. نشانه پخته شدن پای گوشت این است که پنیر و لبه‌های نان طلایی رنگ شود. شما می‌توانید پای آماده شده را با سس کچاپ میل کنید.

نکته: اگر مایل بودید می‌توانید پنیر پیتزا را از مواد حذف کرده و قسمتی از خمیرتان را برای استفاده در روی پای به کار ببرید.

خمیر را به صورت یک تکه یا حصیری روی مواد بچینید و روی آن را با برش آشپزی، زرده تخم مرغ بمالید. در این صورت شما یک تارت گوشت خواهید داشت.

صابون را پاک می‌کند. این مایع جادویی برای از بین بردن لکه چای و قهوه و زنگ فوق‌العاده است. کافیکست سرکه سفید را داخل آب رقیق کنید و از آن برای کثیفی، سفیدک صابون، لکه‌های مواد معدنی آب و قطره‌های سفت شده موم شمع استفاده کنید.

برای از بین رفتن بوی سرکه از یک قطره اسانس استفاده کنید. برای از بین بردن لکه‌های بزرگ و مانده از قبل بر روی لباس، آن را داخل سرکه فرو ببرید، بگذارید سرکه یک ساعت روی آن باقی بماند، سپس آن را مالش دهید.

جوش شیرین و نمک، مواد ساینده ملایمی هستند که به راحتی می‌توان آن‌ها را جایگزین پودرهای شستشوی آماده کرد. نمک با وجود ساینده بودن برای بسیاری سطوح نرم است و آسیبی به لوازم شما وارد نمی‌کند. می‌توانید یک یا دو قطره اسانس معطر را داخل جوش شیرین یا نمک بریزید و آن را با همزن دستی بزنید. مخلوط را داخل یک شیشه کوچک که در آن محکم بسته می‌شود، نگهداری کنید. در صورت از بین رفتن بو، یک قطره دیگر اسانس به آن اضافه کنید. لیمو هم یک پاک کننده طبیعی دیگر است.

برای از بین بردن زنگ‌زدگی و لکه‌های غذا از روی کابینت، می‌توانید لیمو را برش زده، مستقیم روی نقطه مورد نظر بمالید و بعد از ریختن آبلیموی تازه روی آن ۳۰ دقیقه صبر کنید.

جوش شیرین در تمیز کردن پروتئین و روغن خوب عمل می‌کند. چون کمی ساینده است و همچنین بوی بد را از بین می‌برد. کافیکست مقداری از آن را مستقیماً روی قسمت مورد نظر بپاشید و با یک پارچه مرطوب مالش دهید.



مواد گوشتی تان اضافه کنید که این کاملاً به ذائقه شما بستگی دارد. بنا به سلیقه خود، می‌توانید از موادی در مایه گوشتی استفاده کنید که این مایه را رنگین و زیباتر کند. مثل فلفل دلمه‌ای رنگی، ذرت، هویج، قارچ و... سس بشامل را آماده کنید. برای این کار باید سه قاشق سوپخوری آرد را در ظرفی تفت داده، روی آن کره ذوب شده بریزید و هم بزنید. سپس نصف تادو سوم لیوان شیر به آن افزوده و اجازه دهید روی شعله ملایم قوام بگیرد. مراقب باشید سس بشامل تان ته نگیرد.

حالا خمیر پای را که عمل آمده، در ظرف مخصوص طبخ پای یا یک ظرف دایره‌ای شکل دیگر پهن کرده و با چنگال، چند سوراخ کف خمیر ایجاد کنید تا خمیر پف نکند. حالا مواد گوشتی آماده شده را داخل خمیر بریزید. توجه داشته باشید که مواد گوشتی خیس و آبدار نباشند.

استفاده نادرست از مایع سفیدکننده، باعث سوختگی پوست می‌شود. برای جلوگیری از خوردگی، آن را به اندازه کافی رقیق کنید. چون مایع‌های سفیدکننده‌ای که ما استفاده می‌کنیم غلیظ هستند و ریختن مقدار کمی از آنها در آب هم به اندازه کافی در پاک کردن کثیفی‌ها اثربخش خواهد بود. در حین کار با سفیدکننده هم تهویه را روشن کرده و پنجره‌ها را باز بگذارید و ترجیحاً بینی و دهان خود را با ماسک ببوشانید.

شوینده‌ای بدون عوارض شیمیایی

از این محلول هم خوششان نمی‌آید؟ چطور است سرکه را امتحان کنید؟! بله؛ یک محلول پاک کننده طبیعی که برای افراد حساس به مواد شیمیایی فوق‌العاده است. سرکه سفید و قتی با یک پیمانه آب گرم ترکیب شود می‌تواند هر لکه و کثیفی را به خوبی پاک کند. بدون آن که اثرات منفی مواد شیمیایی را برای پوست و مجاری تنفسی شما داشته باشد. فقط دقت کنید که سرکه خیلی قوی است بنابراین محل مورد نظر را فوراً تمیز کنید.

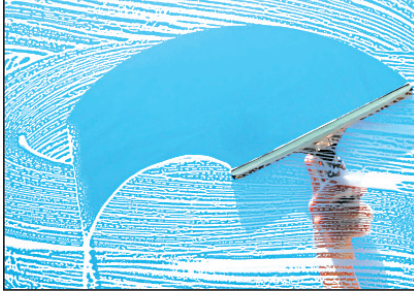
سرکه کپک را از بین می‌برد و سفیدک

روشن کنید و هم پنجره‌ها را باز بگذارید. ترجیحاً هم این کار را وقتی بکنید که بچه‌ها در خانه نیستند. آمونیاک را همیشه از دسترس اطفال دور نگه دارید.

اگر ۲ پیمانه آب، ۲ پیمانه الکل و ۲/۱ پیمانه آمونیاک را مخلوط کنید هم می‌توانید یک شیشه شور خوب تهیه کنید. این محلول را داخل اسپری بریزید و با استفاده از یک دستمال تمیز که پرز ندهد، شیشه را تمیز کنید. آمونیاک نقش مهمی در تمیزی شیشه داشته و الکل با تسریع در خشک شدن، به از بین رفتن خط‌ها و لکه کمک می‌کند. به خاطر بسپارید جهت تهیه ماده شوینده هیچ وقت آمونیاک را با مایع سفیدکننده ترکیب نکنید که نتیجه آن گازی سمی است.

همچنین شما می‌توانید یک سفیدکننده خانگی آماده کرده و هر گوشه‌ای از خانه را با آن بشوید. برای این کار ۱ قاشق غذاخوری مایع سفیدکننده را در ۱ پیمانه آب گرم بریزید. جای مورد نظر را ۱۰ دقیقه با آن خیس کنید. سپس از تی یا اسفنج برای تمیز کردن استفاده کنید.

به این موضوع دقت داشته باشید که



...پیمانه‌های سرآشپز

پای گوشت

پای گوشت یک خوراک لذیذ است که هم می‌تواند وعده غذایی کاملی برای شما باشد و هم در مهمانی‌ها به عنوان پیش غذا سرو شود. این غذا ظاهر اشتهاآور و زیبایی دارد و مهم‌تر از آن بسیار خوش طعم و متفاوت است.

● مواد لازم برای خمیر پای:

| | |
|--------------|-----------------------|
| آرد سفید | یک و نیم لیوان |
| تخم مرغ | ۲ عدد |
| شیر | یک سوم لیوان |
| بیکنینگ پودر | یک قاشق غذاخوری |
| کره | یک و نیم قاشق غذاخوری |
| نمک | نوک قاشق چای خوری |

● طرز تهیه خمیر:

برای تهیه خمیر، آرد را با نمک و بیکنینگ پودر الک کنید و کره را که ذوب کرده‌اید، به آن افزوده و هم بزنید. تخم مرغ و شیر را به آرد اضافه کرده با دست مواد را ورز دهید تا خمیر صاف و یکدستی به وجود آید. این خمیر را به مدت یک تا دو ساعت استراحت دهید تا اصطلاحاً عمل بیاید. خمیر را در مدت استراحت در فضای آشپزخانه بگذارید و روی آن را با یک پارچه ببوشانید.

● مواد لازم برای پای:

| | |
|---------------------|---------------|
| گوشت چرخ کرده | نیم کیلوگرم |
| پیاز | یک عدد بزرگ |
| سس بشامل | یک لیوان |
| پنیر پیتزا رنده شده | به مقدار لازم |
| نمک و ادویه | به مقدار لازم |

● طرز تهیه مواد گوشتی پای:

برای تهیه مواد داخلی پای، پیاز را نگینی خرد کرده و در روغن سرخ کنید. حالا گوشت چرخ کرده را به آن افزوده و تفت دهید. ادویه‌ها را اضافه کنید و در صورت تمایل کمی دارچین روی گوشت بریزید. این مواد را با کمی آب بپزید تا حدی که آب آن تمام شود. در این مرحله می‌توانید رب هم به

...خانه‌های دلاری

خانه‌ای در خشان داشته باشید

گرد و خاک زیاد هوا، مشکلی است که این روزها بیشتر خانواده‌ها با آن درگیر هستند. آسمان بخش‌های زیادی از کشور ما در ماه‌های اخیر غبارآلود بوده و این باعث می‌شود که شیشه‌ها، دیوارها، وسایل و کف زمین خیلی زود سیاه و خاکی شوند. پاک کردن این غبارها از گوشه و کنار خانه کار ساده‌ای نیست بخصوص که بعد از مدتی جلای سرامیک و کاشی و شیشه را می‌برند. برای برگرداندن این جلا به خانه، چند روش به شما پیشنهاد می‌کنیم که به تجربه اثربخشی آنها ثابت شده است.

نظافت کف آشپزخانه

خانم‌های خانه می‌دانند که هیچ جای خانه به اندازه آشپزخانه زود کثیف و نامرتب نمی‌شود. به خصوص کف آشپزخانه که به خاطر رفت و آمدهای پی در پی، ریختن خورده‌های غذا و مایعات خیلی زود کثیف می‌شود. برای تمیز کردن کف آشپزخانه معمولاً خانم‌ها به تی و آب و کف رو می‌آورند اما بد نیست بدانید که این کار طاقت فرسار می‌تواند باروش‌های ساده‌تری هم انجام داد.

آمونیاک مایع خوبی است که اینطور وقت‌ها به داد شما می‌رسد. برای پاک‌سازی سرامیک‌های کف آشپزخانه با آمونیاک باید ۱ قاشق غذاخوری از این ماده را همراه با ۱ قاشق چای‌خوری مایع ظرفشویی و ۲ پیمانه آب مخلوط کنید و بعد با استفاده از اسفنج جاهای لازم را تمیز کنید. البته به یاد داشته باشید که آمونیاک باعث سوزش چشم می‌شود و ممکن است روی تنفس تان تأثیر بگذارد. پس هم تهویه آشپزخانه را

استرس پس از سانحه قلب را بیمار می کند



اگر شما هم یک بار سکنه قلبی داشته‌اید، به این خبر توجه کنید. محققان متوجه شده‌اند که سکنه قلبی برای بیمار مانند یک حادثه علاوه بر جسم به روان فرد هم آسیب می‌رساند. البته این نکته‌ای است که متخصصان قلب و عروق باید بیشتر به آن توجه داشته باشند که در بیماران خود به درمان استرس پس از سانحه نیز توجه کنند. همان‌طور که می‌دانید اختلال استرس پس از سانحه نوعی اختلال روانی است که ۷-

۸ درصد افراد در عمر خود آنم را تجربه می‌کنند و معمولاً بعد از حوادث تهدیدکننده زندگی از جمله وقایعی مانند تصادف شدید؛ زلزله، سیل و جنگ در افرادی که در این شرایط قرار گرفته‌اند ایجاد می‌شود و با یادآوری لحظات سختی که پشت سر گذاشته‌اند و کابوسهای شبانه در این باره موجب ناراحتی روحی و جسمی آنها می‌شود. این افراد علاقه خود به لذتهای قلبی را از دست داده و در خوابیدن و کنترل رفتار خود دچار مشکل می‌شوند.

محققان به تازگی اعلام کرده‌اند که سکنه قلبی هم می‌تواند چنین تاثیری در برخی بیماران داشته باشد. آنها متوجه شدند که از هر ۸ نفر یک نفر به این اختلال دچار شده و همین استرس خطر سکنه دوم و مرگ در دو سال آینده را در بیمارانی که یک بار سکنه قلبی داشته‌اند، دو برابر می‌کند. متخصصان توصیه می‌کنند اگر بیمار بعد از گذشت یک ماه از سکنه قلبی هنوز ذهنش با خاطره آن اتفاق درگیر است و با این یادآوری ضریان قلبش تند شده و مضطرب و عصبی می‌شود، یا اگر کابوسهای شبانه‌ای در این باره می‌بیند؛ یا اگر دلش نمی‌خواهد درباره حمله قلبی اش صحبت کند و اینکار او را آزار می‌دهد، می‌توان گفت که او دچار استرس پس از سانحه است و لازم است که در این باره با متخصص روانپزشک هم مشورت کند.



تنهایی انسان را می‌کشد!

اگر شما هم تنها زندگی می‌کنید و یا احساس تنهایی دارید بهتر است زودتر به فکر یک همسر و همراه باشید. می‌پرسید چرا؟ چون محققان به تازگی اعلام کرده‌اند تنهایی سلامت انسان را به خطر می‌اندازد. آنها متوجه شده‌اند کسانی که تنها زندگی می‌کنند و یا احساس تنهایی دارند بهداشت و سلامتشان رو به افول رفته و نه تنها کیفیت سلامتشان کم می‌شود بلکه حتی طول عمرشان هم کوتاه می‌شود.

در مطالعه‌ای که در آشنو مجله طب داخلی چاپ شده، ۴۵ هزار فرد بالای ۴۵ سال را بررسی کردند و

مشاهده کردند ۱۹ درصدی که به تنهایی زندگی می‌کردند بیشتر از بقیه در طول ۴ سال آینده از دنیا رفتند. متأسفانه خطر مرگ در افراد بین ۴۵ تا ۶۵ ساله‌ای که تنها زندگی می‌کردند ۲۴ درصد بیشتر از همسالانی بود که با دیگران زندگی می‌کردند. محققان معتقدند احتمال دارد که فرد به تنهایی قادر نباشد برای خودش غذای سالم تهیه کند و یا داروهایش را به موقع مصرف کند. بنابر این افراد سالمندی که تنها هستند نیاز به مراقبتهای ویژه‌ای دارند که می‌تواند به کیفیت و سلامت زندگی آنها کمک کند. شما هم اگر پدر و یا مادری دارید که تنها زندگی می‌کند بهتر است او را تنها نگذارید تا دیرتر از دستش بدهید.

البته به‌خاطر داشته باشید که حضور شما به تنهایی کافی نیست. در تحقیقات به عمل آمده متخصصان متوجه شدند که ۴۳ درصد افراد مطالعه گاهی احساس تنهایی می‌کردند و متأسفانه ۶۳ درصد این افراد ازدواج کرده بودند و یا هم خانه داشتند. در این بررسی مشخص شد کسانی که احساس تنهایی می‌کنند هم ۴۵ درصد بیشتر از بقیه می‌میرند.

آلوده‌ترین نقاط در هتل‌ها

در خبرهای قبلی راجع به آلوده‌ترین نقاط منزل و محل کار خواندید. اما با شروع شدن تابستان و فصل سفر بد نیست آلوده‌ترین نقاط هتلها را هم بشناسید تا بتوانید از شر بیماریها خود را حفظ کنید. ممکن است تعجب کنید از اینکه توالت، دستگیره در و تخت خواب آلوده‌ترین مناطق در هتل نیست بلکه دستگاه کنترل از راه دور تلویزیون، تلفن و کلید چراغ خواب کنار تخت و فرشها آلوده‌ترین نقاط شناخته شده در هتل‌ها هستند. محققان در بررسی‌های خود متوجه شده‌اند که باکتریهای مدفوع و سایر باکتریهای مضر در این وسایل به مقدار زیادی یافت می‌شوند. اسفنج‌ها و دستمالهایی که کارکنان هتل برای تمیز کردن از آن استفاده می‌کنند نیز در این لیست قرار دارد. این دستمالها می‌تواند آلودگی را از اتاق به اتاق دیگر منتقل کند. بنابر این هتل دارها باید روشهای مطمئن تری برای تمیز کردن اتاق‌ها به کار گیرند تا مهمانان خود را در معرض خطر این آلودگی‌ها قرار ندهند.

شما هم اگر می‌خواهید بیمار نشوید بهتر است به چشمان خود درباره بهداشت هتل‌ها اعتماد نکنید و از تماس با این نقاط تا حد امکان دوری کرده و دستان خود را بعد از تماس با این وسایل و قبل از غذا خوردن با آب ولرم و صابون بشویید.



گاهی وجود تومور و یا سنگ صفرا باعث این مشکل شده و گاهی بیماریهای کبد و لوزالمعده موجب این بی رنگی می‌شود.

محققان انگلیسی با توجه به این ایده دوغی تهیه کرده‌اند که با خوردن آن رنگ مدفوع تغییر کرده و بیماری فرد را مشخص می‌کند. این ماده که ای-کرومی نام دارد در تعامل با باکتری‌های موجود در معده و روده، رنگ مدفوع را تغییر می‌دهد.

آنها معتقدند این محصول با تکمیل مراحل تحقیق و تولید می‌تواند شش نوع بیماری مختلف روده و معده را تشخیص دهد به این ترتیب که اگر رنگ مدفوع زرد شود فرد دچار کولیت است، رنگ قرمز نشانه روتا ویروس (اسهال ویروسی)، رنگ بنفش علامت وجود سالمونلا، رنگ سبز نشانه سرطان روده بزرگ، رنگ آبی علامت وجود کرم در روده و رنگ سرمه‌ای نشانه زخم معده خواهد بود.

ویتامین ب ۶ دشمن التهاب مزمن

آیا شما تا به حال به مصرف ویتامین ب ۶ توجه داشته‌اید. همان ویتامینی که در گوشت بدون چربی، حبوبات و سبزیجات به وفور یافت می‌شود؟ محققان به تازگی اعلام کرده‌اند کم شدن سطح ویتامین ب ۶ در خون می‌تواند نشانه‌ای از وجود یک التهاب مزمن در بدن باشد. التهاب موقت می‌تواند در اثر قرمزی و تورم ناشی از یک زخم در بدن ایجاد شود و در این حالت سیستم ایمنی بدن شروع به واکنش کرده و در محل آسیب با عفونت مبارزه می‌کند. اما التهاب مزمن یک عامل خطر نوظهور برای سلامت به حساب آمده و می‌تواند باعث بیماری قلب، سکنه مغزی و دیابت نوع ۲ شود.

تحقیقات قبلی نشان داده بود که پایین بودن سطح ویتامین ب ۶ می‌تواند بانسانهای وجودالتهاب مانند پروتئین راکتیوسی مربوط باشد. اما در این بررسی مشخص شد نه تنها کمبود ویتامین نشانده وجود التهاب است بلکه بالا بودن این ویتامین هم می‌تواند باعث کم شدن التهاب مزمن در بدن شود. البته هنوز نمی‌توان گفت که با خوردن مکمل این ویتامین می‌توان التهاب را در خون کم کرد. اغلب مردم به جای اینکه به مواد طبیعی حاوی ویتامین روی بیاورند به دنبال تهیه مکملهای ویتامینی هستند در حالیکه ویتامین ب ۶ به راحتی در سینه مرغ بدون چربی، همبرگر، ماهی، حبوبات و لوبیا چیتی، و البته سبزیجات مانند فلفل قرمز و سیب زمینی به وفور موجود است و با خوردن این مواد می‌توان ساده‌تر و ارزانتر به این ماده مفید دست یافت. ویتامین ب ۶ برای عملکرد بیش از ۱۰۰ آنزیم در بدن لازم است بخصوص آنزیم‌هایی که در متابولیسم پروتئین‌ها نقش دارند. اما لازم است بدانید تحقیقات نشان داده که میزان بیش از حد یعنی بیش از ۵۰۰ میلی گرم در روز از این ویتامین می‌تواند موجب تخریب عصبی شده و علاوه بر سوزن سوزن شدن اندام‌ها در راه رفتن هم مشکل ایجاد کند. بنابر این وجود تعادل در رژیم غذایی لازم است.

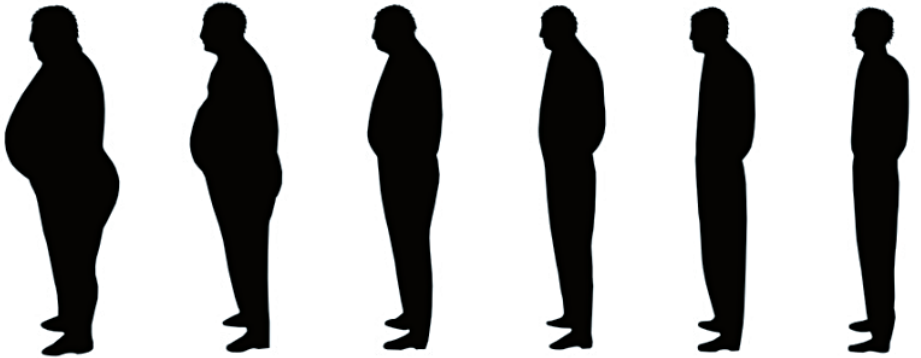


لیپو ساکشن راه حل دایمی نیست

اگر شما هم لیپوساکشن کرده‌اید و چربی‌های اضافه بدنتان را با جراحی در آورده‌اید یا قصد انجام آن را دارید به این خبر تازه توجه کنید. محققان متوجه شده‌اند که لیپوساکشن برای چاقی راه‌حلی دایمی نیست و تنها چاره کار ورزش است. آنها متوجه شده‌اند که برداشتن چربی شکم می‌تواند باعث شود که چربی دور اندامهای داخلی در شکم جمع شود و خطر دیابت و بیماری قلب را بالا ببرد. اگر چه این خبر برای افرادی که قصد لیپوساکشن دارند خبر خوبی نیست اما خبر خوبی هم داریم و آن این است که با ورزش و فعالیت منظم می‌توان جلوی این تأثیر را گرفت.

در این بررسی ۴ ماه ورزش منظم (۳ روز در هفته حدود ۱ ساعت) که از ۲ ماه بعد جراحی شروع شده بود توانست میزان چربی احشایی را تا ۱۰ درصد در افراد نسبت به کسانی که ورزش نکرده بودند، کم کند. در مجله اندوکرینولوژی و متابولیسم بالینی چنین آمده که اگر کسی لیپوساکشن انجام داده باید بعد از جراحی به طور منظم جراحی کند تا از شر این چربی‌ها در امان بماند. لازم است بدانید سلول‌های چربی در جریان لیپوساکشن به طور دائمی برداشته شده و این به آن معنی است که در این ناحیه دیگر نمی‌توانند دوباره رشد کنند اما به علت نامشخصی بدن تمایل دارد که تعادل چربی را حفظ کند و سلول‌های چربی در دیگر نواحی بدن این کمبود را جبران می‌کنند.

یعنی اگر ورزش نکنید به راحتی رشد کرده و دور اندامهای حیاتی داخل شکم را می‌پوشانند و می‌توانند خطر آفرین شوند. علاوه بر این متخصصان می‌گویند اگر بعد از لیپوساکشن ورزش و رژیم غذایی نداشته باشید، نه تنها تناسب اندامتان از دست خواهد رفت بلکه وزن‌تان هم سر جای اولش بر خواهد گشت. یعنی یک جراحی پرهزینه را برای هیچ و بوج متحمل شده‌اید. حالا دیگر خودتان می‌دانید!



خشکبار بر ضد دیابت

اگر شما هم دیابت دارید و از ابتلا به بیماریهای قلبی واهمه دارید سعی کنید هر روز مقداری خشکبار بخورید. زیرا محققان به تازگی اعلام کرده‌اند که مصرف کمی خشکبار در هر روز می‌تواند به مبارزه با دیابت و بیماری‌های قلبی کمک کند.

گروهی از محققان دانشگاه ایالتی «لوئیزیانا» در آمریکا متوجه شدند افرادی که سه نوع خشکبار از جمله گردو، پسته و بادام هندی مصرف می‌کنند نسبت به افرادی که خشکبار مصرف نمی‌کنند، لاغر تر هستند و این افراد سطح کلسترول خوب در خون آنها بالاتر و سطح پروتئین‌های التهابی و بیماری قلبی در بدن آنها پایین تر است. آنها بر این باورند که در افرادی که خشکبار استفاده می‌کنند، احتمال ابتلا به عوامل خطر سازی که می‌توانند موجب ابتلا به سکنه مغزی، دیابت و بیماری‌های قلبی شوند، پنج درصد کمتر است.

بر اساس نتایج این تحقیق مصرف کنندگان خشکبار نسبت به افرادی که خشکبار مصرف نمی‌کنند، وزن کمتر، شاخص جرم بدنی پایین تر و دور کمر کوچکتری دارند. شما هم اگر می‌خواهید به این نتایج برسید تنها کافی است خشکبار مصرف کنید تا چهار عامل خطر ساز یعنی چاقی شکمی، فشار خون بالا و سطح بالای گلوکز در شما هم مانند این افراد کمتر شود.



تشخیص بیماری از روی رنگ مدفوع

آیا می‌دانید یکی از راه‌های تشخیص برخی بیماریها مشاهده رنگ ادرار و مدفوع است؟ مثلاً در هنگام خونریزی در ادرار و مدفوع رنگ آن تیره‌تر شده و در برخی بیماریهای دیگر رنگ مدفوع روشن تر می‌شود.

البته رنگ موجود در غذا هم تغییر رنگی در مدفوع ایجاد می‌کند که البته ناپایدار است و با قطع مصرف یک نوع غذا، تغییر رنگ مدفوع نیز متوقف می‌شود در حالیکه تغییر رنگ ناشی از اختلال متابولیسم پایدار است. بنابر این هرگونه تغییر طولانی مدت در رنگ مدفوع نشان از یک نوع اختلال متابولیک دارد به این ترتیب اگر رنگ مدفوع زرد روشن کف آلود شود، می‌تواند نشان بالا بودن مقدار چربی در مدفوع و در نتیجه هضم نشدن چربی در این فرد باشد.

● ریحانه دوستدار

ازدواج یک تعهد و مسئولیت مهم است.با اینکه هر زن و مردی که تصمیم به شروع زندگی مشترک می گیرند مسئولیت و تعهدات زندگی زناشویی را می پذیرند اما باز هم نگرانی از وفاداری و پایدندی باعث می شود بسیاری از زن و شوهرهای جوان اعتماد کامل به شریک زندگی شان نداشته باشند و زن و مرد های دیگر را تهدیدی علیه زندگی خود بدانند.برای اینکه بتوانید به همسر تان اعتماد کنید و مطمئن شوید که او به شما وفادار است باید از خودتان شروع کنید.آیا شما شرط وفاداری را می دانید؟ اگر شما و همسر تان اصول وفاداری را بشناسید دلیلی ندارد که با هراس از دست دادن، بدبینی و شک و دودلی زندگی کنید:

گام اول: از خودتان شروع کنید و اعتماد کنید

زمانی که مسئولیت و تعهد زندگی زناشویی را می پذیرید نباید آن را بشکنید.هم شما و هم همسر تان باید شرط وفاداری را به جا بیاورید.شک و تردید نسبت به همسر تان او را خائن نمی کند اما هر چقدر شما به همسر تان بدگمان و ظنین باشید به همان نسبت به رابطه عاطفی ای که با او برقرار کرده اید آسیب می زیند.اگر هر دوی شما حدود و مرزهای رابطه را مشخص کنید و در همان محدوده گام بردارید به راحتی می توانید به یکدیگر اعتماد کنید.وفاداری، اعتماد و باور، شما و همسر تان را در یک زندگی آرام و مطمئن قرار می دهد.اگر می خواهید زندگی مستحکم و قابل اتکایی داشته باشید خودتان باید آن را اینگونه بسازید.مثلاً اگر در زندگی از حد و مرزهای رابطه فراتر بروید نباید انتظار داشته باشید همسر تان به راحتی از آن بگذرد و شما را ببخشد.رفتار و عملکرد شماست که او را مظنون و مشکوک می کند.به همین ترتیب همسر تان نیز نباید از مرزهای مشخص رابطه فراتر برود و اعتماد شما را فروبریزد.

گام دوم: پذیرید که دیگر تنها نیستید
شما یک زوج هستید و نسبت به شریک زندگی تان مسئولیت و تعهداتی دارید حتی اگر بخشی از این تعهدات را خوشایند ندانید.اگر می خواهید فردیت و خودمختاری تان را به همسر تان اثبات کنید شک نکنید که نمی توانید این رابطه را ادامه دهید.به همسر تان عشق بورزید و از او عشق را طلب کنید.در یک رابطه سالم زناشویی شما باید عشق را از همسر تان بگیرید.اگر در این رابطه سالم عاشقانه قرار دارید دیگر نباید نگران بی وفایی های همسر تان باشید زیرا او در اختیار شما است.یاد بگیرید که برای زندگی زناشویی تان باید بخشی از نیازهای خودخواهانه تان را کنار بگذارید.

گام سوم: مرزومز نباشید
همیشه پاسخگو و در دسترس باشید.این مسئله هر گز هویت و آزادی عمل را از شما نمی گیرد بلکه راه را برای آزادانه عمل کردن باز می گذارد. مکالمات تلفنی پنهانی؛روابط اینترنتی پنهانی؛دوستان پنهانی؛حساب های بانکی پنهانی و هر نوع رفتار دیگری که برای همسر تان سو تفاهم ایجاد می کند را کنار بگذارید.هر چقدر درست کارتر باشید رفتارهای مرزومز و شک برانگیز کمتری خواهید داشت .مطمئن باشید در یک رابطه نزدیک زناشویی نمی توانید رفتارهای پنهانی طولانی داشته باشید.یک روز همسر تان ممکن است پیامکی را بخواند و یا از شما پرسد که چرا دیر به خانه آمده اید و شما مجبور به پاسخگویی هستید. هر چقدر صادق تر باشید همسر تان اعتماد بیشتری

...تقریبیه عاشقانه

بسیار بگویید...

از شور و حال دوران نامزدی و اوایل ازدواج فاصله گرفته اید؟ حسرت روزهای خوش جوانی تان را می خورید؟ راه رسیدن به آن دوران یک عبارت دو حرفی است: «دوستت دارم!» ابراز عشق کردن چیزی است که معمولاً در گذر زمان فراموش می شود. خیلی از ما فکر می کنیم همین که با همسرمان مهربان هستیم و خواسته های او را برآورده می کنیم، یعنی دوستش داریم و او باید خودش این را بفهمد! اما واقعیت این است که این دو کلمه جادویی می تواند روح از دست

رفته زندگی شما را برگرداند و امیدوارتر تان کنند. ابراز محبت کردن به شخصیت افراد مربوط می شود. افراد طبیعی، مشکلی با ابراز علاقه کردن ندارند اما آن دسته از مردان یا زنانی که دچار غرور هستند یا به نوعی با مشکلات شخصیتی درگیرند، ابراز علاقه نمی کنند و نمی توان آنها را به این کار وادار کرد. اگر شما نیازی نمی بینید تا همسر تان بگوید دوستت دارم، دلیل نمی شود که همسر تان هم این عقیده و تفکر را داشته باشد.

به یاد داشته باشید، محبت بین زن و مرد، اغلب اکتسابی است؛ یعنی که شما و همسر تان هر دو باید شیوه های ابراز آن را آموزش دیده، تمرین کنید و به کار برید. محبت چیزی نیست که اگر آن را به حال خود رها کنید، مسیرش را ادامه دهد. برای این که عشق میثانتان پایدار بماند، باید هر روز آن را تکرار کنید، به یاد بیاورید و ابراز کنید. به همسر تان نشان دهید که مایلید رابطه تان را، اگر هم زمانی خراب شده بود، ترمیم کنید و بهبود بخشید. نشان دهید او چقدر باعث آرامش شما می شود و چقدر در روز هایی که به خاطر مشغله هایتان از او فاصله می گیرید، دلتنگش می شوید.

روانشناسی همسران

خوب می دانید او از چشمه محبت شما سیراب نمی شود. پس اگر راه ابراز علاقه و محبت را بلد نیستید سعی کنید آن را بیاموزید.بوسیدن، توجه به ظاهر، جملات عاشقانه و به آغوش کشیدن را بیاموزید تا اعتماد بیشتری به رابطه زناشویی تان پیدا کنید.

چگونه به همسر تان اعتماد کنید؟

آیا شما شرط وفاداری را می دانید؟ اگر شما و همسر تان اصول وفاداری را بشناسید دلیلی ندارد که با هراس از دست دادن، بدبینی و شک و دودلی زندگی کنید



گام ششم: بی دلیل همسر تان را متهم نکنید

او را امتحان نکنید و در موقعیت هایی قرار ندهید که او مجبور باشد از یک امتحان سخت بیرون بیاید. یک مثال ساده ای که این روزها بسیار شایع شده است فرستادن پیامک ناشناس و یا با یک شناسه ناشناس ایمیل زدن و مکالمه کردن در اینترنت است. چرا می خواهید همسر تان را با این روش ها امتحان کنید؟ اگر او از این آزمایش سربلند بیرون نیاید در واقع این شما هستید که بازنده می شوید. از مومن وفاداری در طی سالیان

دراز زندگی و در مراحل مختلف به وضوح از شما و همسر تان گرفته می شود.

گام هفتم: بهانه به دست همسر تان ندهید

نوع رفتار و منش شما می تواند همسر تان را ظنین کند.نوع آرایش، نوع پوشش؛ نوع برخورد شما با جنس مخالف و حتی افکار و ایده هایی

کند در موقعیت های مختلف او را همراهی کنید. به نیازها و خواسته هایش توجه کنید و گام هایتان را با او هماهنگ کنید.

طوری زندگی کنید که همسر تان در کنار شما هیچ خلا و کمبودی را احساس نکند.همینطور از او بخواهید نیازها و خواسته های شما را جدی بگیرد.اگر سبک خاصی از زندگی را دوست دارید و یا همسر تان دوست دارد باید آن را به یکدیگر بیاموزید.البته نیازها و خواسته های شما و همسر تان باید متناسب با توانایی هایتان باشد. مثلاً شما می توانید همسر تان بخواهید تا یک نوع لباس خاص را بپوشد تا زیباتر باشد و یا یک نوع رفتار معقول و متناسب داشته باشد اما شما نمی توانید از او بخواهید تا از آنچه هست زیباتر شود و یا به یک رفتار افراطی که فقط مطلوب شماست تن بدهد برای اینکه شما آن را می پسندید.

گام نهم: حد و مرزهای

معقول و منطقی داشته باشید

شما و همسر تان برای اینکه وفاداری تان را به یکدیگر ثابت کنید نیاز دارید تا در محدوده مجاز زندگی زناشویی حرکت کنید.

ایسن حد و مرزها باید قواعد اخلاقی معقول و منطقی درستی باشند.شما نمی توانید قوانین نامعقولی مثل اینکه همسر تان اصلاً کار نکند، بدون شما از خانه خارج نشود، یا هیچ زن یا مردی گفتگو نکند مگر در حضور شما و...را قانون های اخلاقی خانواده بگذارید زیرا این حدود مرزها انسانی نیستند و اصلاً باعث اعتماد و پایدنی بیشتر در زندگی نمی شوند و چه بسا مشکلات دیگری در زندگی ایجاد کنند.آنچه شما به عنوان قواعد اخلاقی خانواده تعیین می کنید باید با تایید و تصدیق همسر تان باشد و او نیز همانند شما به آنها اعتقاد داشته باشد.

گام دهم: به خانه اهمیت بدهید

مطالعات نشان می دهند که بسیاری از مردانی که به همسرانشان خیانت می کنند کسانی هستند که تادیر وقت کار می کنند یا بیش از اندازه با دوستانشان معاشرت می کنند.زنان نیز معمولاً از اینکه همسرانشان تا دیر وقت کار می کنند و یا بی توجه به خانواده تفریح های مجردی دارند گله و شکایت می کنند.تا آنچه که می توانید عوامل و رفتارهایی که شما و صداقتان را زیر سوال می برد را کم کنید و تمام تلاشتان را بکنید تا همسر تان اعتماد و وفاداری را احساس کند.

فکر می کنید نیز به همسر تان احترام بگذارید و سوء ظنی نداشته باشید.

–اگر آشنایی یا رابطه ای در گذشته داشته اید مثلاً قصد از دواج با فرد دیگری را داشته اید و آن را تمام کرده اید آن را از همسر تان پنهان نکنید.بهرت است پیش از شروع زندگی زیر یک سقف، درباره تمام این مسائل با همسر تان گفتگو کنید.شاید او ظرفیت پذیرش این مسئله را نداشته باشد و یا احساسی برخورد کند اما شما این کار را برای بیان صداقت و وفاداریتان انجام می دهید.البته نیت واقعی شما بسیار مهم است.اگر هدف شما از بیان این مسئله نشان دادن وفاداریتان باشد بسیار ارزشمند است.اما اگر این کار را فقط برای رهایی خودتان از عذاب وجدان انجام می دهید، نتیجه آن فقط آسیب و ضربه روحی به همسر تان است و بهتر است اصلاً آن را مطرح نکنید. –فراموش نکنید که اثبات وفاداری و تعهد کار آسانی نیست. پس طوری رفتار نکنید که برای همسر تان این سوء ظن ایجاد شود که شما صداقت ندارید.به جز بیات دقت کنید به ویژه اگر همسری دارید که رویکرد منفی نسبت به مسائل دارد.

...همسران و پاشنه ها

تاثیر اختلالات خواب بر باروری

شاید از نظر شما بد خوابیدن فقط روی خلق و خویتان اثر می گذارد و انرژی بدنی تان را کم می کند اما بد نیست بدانید که اختلالات خواب حتی می توانند روی فرزندآوری شما هم تأثیر داشته باشد! آزمایش روی موش ها نشان داده خاموش کردن چراغ در ساعت ۱۲ شب به جای ساعت شش عصر، موجب کاهش ۵۰ درصدی میزان باروری این حیوانات می شود! گروهی از پژوهشگران پنج یا شش روز پس از جفتگیری موش های ماده، در ریتم شبانه روزی آنها اختلال ایجاد کردند. یک دسته

هجده تایی از موش ها، هر روز شش ساعت نور اضافه دریافت کرد و دسته ای دیگر هم به طور کلی از نور روزانه محروم شد. در پایان این آزمایش، فقط نیمی از موش هایی که نور اضافی دریافت کرده بودند، قادر به تولید مثل بودند. البته وضعیت موش های محروم از نور روزانه وخیم تر و میزان باروری در آنها فقط ۲۰ درصد بود. با این حال میزان باروری در موش های گروه کنترل (که ۱۲ ساعت نور طبیعی دریافت کرده بودند) ۹۰ درصد بود. سؤال پژوهشگران این است که آیا کار در شب، شب زنده داری یا اختلال در خواب می تواند روی باروری انسان نیز تأثیر بگذارد یا نه؟
پستانداران و حتی درختان، ساعت داخلی خود (که کنترل کننده سوخت و ساز و سایر عملکردهایشان است) را با نشانه هایی که دال بر روز و شب بودن است، تنظیم می کنند. متخصصان معتقدند این آزمایش روی موش ها، ارتباط مستقیم میان ساعت داخلی موش ها و باروری شان را نشان می دهد که شاید بتوان آن را به انسان هم تعمیم داد چون ساختار جسمی انسان ها شباهت زیادی به موش ها دارد. دیده شده پرستارانی که شیفت شب کار می کنند، تغییرات زیادی در دوره قاعدگی دارند و عوارض نامطلوب پس از زایمان را تجربه می کنند.



۷ کلید آموزش انضباط

**اگر می خواهید به کودک تان نظم بدهید لازم است در این باره ثبات داشته باشید
به طوری که کودک بتواند رفتار شما را در شرایط مختلف پیش بینی کند. چگونه؟
ما به شما می آموزیم!**

● دکتر مهشید چایچی



اگر می خواهید با آرامش قوانین در خانه حکمفرما شود، خودتان را برای مدتی طولانی کنترل کنید و ثبات را در آرامش حفظ کنید.

۳) یادداشت بنویسید: برای اینکه فراموش نکنید و خستگی شمارا از پانیندازد می توانید برای خودتان یادداشت بنویسید و روی یخچال یا هر جا که در دید شما باشد نصب کنید. در یادداشت تان بنویسید: بحث ممنوع! کوتاه نیا به دنبال همراهی باش! - آرامش و ثبات کلید موفقیت توست - مشاهده این جملات در طول روز به شما کمک می کند که بتوانید دستورالعملهای روانشناسان را بهتر اجرا کنید و در برابر قشقها و نق زدن های فرزندان کم نیاورید.

۴) زمان درست را برگزینید: اگر می خواهید به تازگی قانونی را در منزل به اجرا در آورید و اگر تصمیم گرفته اید که ثبات را در نظم خانه برقرار کنید بهترین زمان وقتی است که همه چیز روبه راه و در آرامش باشد. مثلاً اگر قرار است به مهمانی بروید و یا اسباب کشی کنید و یا اگر به تازگی پرستار جدیدی برای کودکان گرفته اید یا او را در مدرسه جدیدی ثبت نام کرده اید؛ بهتر است دست نگه دارید تا استرسها فرو کش کند و شرایط شما و فرزندان متعادل شود و سپس ثبات در قوانین را به معرض نمایش بگذارید. در شرایط ثبات روحی شما و فرزندان احتمال موفقیت شما در این کار بیشتر خواهد بود.

۵) انتظار مقاومت را داشته باشید: خیلی از ما والدین فکر می کنیم فرزندان باید همه حرفهای ما را اطاعت کنند و برایمان عادی نیست که در برابر قوانین ما قد علم کنند و مقاومت نشان دهند. اما باید بدانیم که این مساله یک واکنش طبیعی است. فرزند شما در برابر قوانین مقاومت خواهد کرد.

شما را امتحان می کند تا ببیند چقدر خودتان سر حرف خودتان هستید. گاهی از شما پیروی می کند و گاهی به عادت قدیم بر می گردد. ناامید نشوید. چنین آزمایش دوره ای طبیعی است. و اگر شما انتظار چنین پسرقتی را داشته باشید زیاد ناامید نشده و بهتر می توانید در حفظ ثبات موفق شوید.

... اشکها را بایز

سلامت فرزندان با فاصله سنی مناسب

خیلی ها معتقدند اگر قرار است دو بچه داشته باشند، بهتر است این بچه ها پشت سر هم متولد شوند تا با هم بزرگ شده و در آینده نزدیکی ذهنی بیشتری به هم داشته باشند. اما واقعیت چیزی جز این است. مادری که به تازگی بارداری و زایمان را پشت سر گذاشته برای بارداری دوباره نیاز به ذخیره بدنی دوباره دارد که کسب آن حداقل تا دو یا سه سال اتفاق نمی افتد. آسبیبی که از بارداری های پی در پی به وجود می آید، فقط مخصوص مادر نیست. علاوه بر مادر، کودک هم آسبیب می بیند چون نه نیازهای تغذیه ای اش برطرف می شود نه نیازهای عاطفی سال اول زندگی او.



بد نیست بدانید که فاصله سنی ایده آل بین فرزندان ۵ تا ۶ سال است، باین فاصله فرزند اول تا این سن توانسته لذت تک فرزند بودن را بچشد و پس از آن راحت تر می تواند آمدن فرزند دوم را بپذیرد. هرچه فاصله سنی بیشتر باشد، تعارضات کمتر است زیرا فرزند پزرگتر متکی به خود شده و در خارج از خانه بیشتر فعالیت کرده و با همسالان خود راحت تر ارتباط برقرار می کند او معمولاً احساس الفت و درک بیشتری نسبت به فرزند کوچکتر دارد و نسبت به او احساس مسئولیت می کند. کودکان کوچکتر چون از پختگی لازم برخوردار نیستند و کم تحمل، کم ظرفیت و خود محور هستند، بیشتر دچار تعارض می شوند و این تعارض در کودکانی که ۱ تا ۳ سال فاصله سنی دارند بیشتر است. ضمن این که در فرزندان که فاصله سنی آنها خیلی زیاد است رقابت کمتر خواهد بود. فرزند اول بحران ورود به مهدکودک یا مدرسه را پشت سر گذاشته و بیشتر با همسالان خود ارتباط برقرار می کند، پس تمرکز کمتری برای رقابت با خواهر و برادر خود دارد.

همه والدین دوست دارند نظم و انضباط در خانه برقرار باشد و کودکان هم از قوانین منزل پیروی کنند. اما بعضی وقتها نمی دانند چگونه می توان کاری کرد که کودکان هم به این قوانین احترام گذاشته و نظم منزل را رعایت کنند. همه متخصصان درباره نظم دادن به کودکان بر یک نکته توافق دارند و آن هم ثبات در انضباط است. آنها معتقدند اگر می خواهید به کودکان نظم بدهید لازم است در این باره ثبات داشته باشید. به طوری که کودک بتواند رفتار شما را در شرایط مختلف پیش بینی کند. لابد می پرسید چگونه؟ در این مقاله می خواهیم شما را با کلیدهای ثبات در نظم آشنا کنیم:

اگر شما در رعایت نظم و قوانین منزل ثابت قدم نباشید، کودک شما هم احساس ناامنی، شک و گنجی خواهد کرد زیرا نخواهد توانست پیش بینی کند که با هر رفتار شما چه عکس العملی از خود نشان می دهد. مثلاً اگر شما همیشه در انضباط دادن به کودک یکسان رفتار کنید کودک می تواند پیش بینی کند که اگر سفره نهار را جمع نکند نخواهد توانست کارتون مورد علاقه اش را ببیند اما اگر شما گاهی شل بگیرد او با خودش می گوید که ممکن است بتواند با نق زدن و التماس بدون جمع کردن سفره هم به خواسته اش برسد.

البته او نخواهد توانست پیش بینی کند که بالاخره می تواند کارتون مورد علاقه اش را ببیند یا نه و با خودش فکر می کند که ممکن است شما هم آن روتین بالا بیاید و نگذارید که او به خواسته اش برسد. اما اگر همیشه در رعایت قوانین ثبات داشته باشید فرزندان خیالش راحت است که تنها با رعایت قوانین می تواند به خواسته هایش برسد و به همین علت بیشتر به رفتار و کارهایش فکر خواهد کرد. اما بی نظمی در پیاده کردن قوانین و تغییر پی در پی آن نه تنها موثر نیست بلکه حتی به کودک اجازه نمی دهد که قوانین را یاد بگیرد.

ممکن است گاهی شما از پی گیری اجرای قوانینی که خودتان در منزل وضع کرده اید خسته شوید و با کمی نق زدن

... بچه ها و پلاکته ها

توجه پدران؛ سازگاری فرزندان

همیشه گفته می شود که مادر کلیدی ترین نقش را در شکل دهی به شخصیت فرزندان دارد اما باید بدانید که تحقیقات جدید نشان می دهد پدران بیش از مادران می توانند در تبدیل کودکان به افرادی شاد و سازگار موثر باشند. در تحقیقات ۵۰ ساله یک مرکز پژوهشی، مشخص شد که هیچ چیز نظیر طردشدگی فرزند توسط یکی از والدین - بخصوص پدر - بر رشد شخصیت فرزند در دوران کودکی تأثیر گذار نیست. در این تحقیقات ۳۶ مطالعه انجام شده از ۱۹۷۵ تا ۲۰۱۰ میلادی که تقریباً ۱۴۰۰ بزرگسال و ۸۶۰۰ کودک از ۱۸ کشور در آن شرکت داشتند، ارزیابی شدند. کودکان بین ۹ تا ۱۸ سال و بزرگسالان بین ۱۸ تا ۸۹ سال بودند. تمام این مطالعات هفت ویژگی شخصیتی را مورد بررسی قرار می دادند که شامل پرخاشگری، استقلال، اعتماد به نفس، اتکا بر خود، پاسخدهی هیجانی، ثبات عاطفی و دیدگاه مثبت جهانی بود. از شرکت کنندگان سؤالاتی در مورد میزان پذیرش یا طرد والدینشان در دوران کودکی و همچنین در مورد ویژگی های شخصیتی شان پرسیده شد و مشخص شد که رابطه ای قوی بین این هفت ویژگی و احساس طرد یا پذیرش از جانب والدین وجود دارد.



پدران دارای تأثیری بیشتر بر شخصیت فرزندان نشان هستند زیرا کودکان و نوجوانان بیشتر به سمت والدین توجه دارند که به نظر می رسد قدرت بین فردی یا تأثیر بیشتری در خانواده دارند. در صورتی که پدر به عنوان عضوی تلقی شود که قدرت بیشتری دارد - حتی اگر زمان کمتری برای کودک بگذارد - تأثیر بیشتری روی فرزند خواهد گذاشت. البته هیچ تفاوتی در مورد اهمیت ابراز عشق و علاقه پدر به دختر یا پسر وجود ندارد.



۱۲ مدیر جدید آبفاروستایی استان بوشهر معرفی شدند

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: در آیینی با حضور مدیرعامل و هیأت مدیره شرکت آب و فاضلاب روستایی استان بوشهر، ۶ مدیر جدید شرکت معرفی شدند. به گزارش روابط عمومی شرکت آبفار استان، در این آیین که در نمازخانه شرکت برگزار شد، رؤسای چند اداره و مدیران شهرستانی معرفی شدند. در این آیین بهرام غنی‌زاده به عنوان رئیس اداره مالی و ذیحسابی شرکت معرفی و از زحمات آقای قدرتی تقدیر شد. همچنین حکم رسمی مدیریت حسین حیدری (آمار و انفورماتیک)، ساسان زمانی (پشتیبانی و خدمات اداری) خداکرم بارگاهی (بررسی‌های فنی و مطالعات)، روح‌الله طاهریان‌پور (نظارت بر طرح‌های عمرانی) و احسان‌الله سیفی بوشهری (نگهداری و بهره‌برداری تأسیسات) ابلاغ شد. علاوه بر این مدیران آبفار شهرستان‌های دیلم (قاسم غریب‌پور)، جم (علی دانشور)، عباس جاوید - دیر، تنگستان (مسعود حسین‌آبادی)، دشتستان (عبدالمجید فقیر) و گناوه (علیرضا دهقان) در جلسه مشترک هیأت مدیره و کارکنان معارفه شدند.

شنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۱ ضمیمه شماره ۲۵۳۴۸

دکتر نوذر منفرد رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان بوشهر:

بیش از ۸۱ میلیارد ریال اعتبار خشکسالی در بخش کشاورزی هزینه شده است



استان بوشهر فراهم شود. منفرد ادامه داد: دولت با تصویب طرح توسعه بخش کشاورزی در سال جاری و اختصاص یک هزار و ۷۰ میلیارد ریال برای این طرح در استان بوشهر تسهیلات خوبی برای سرمایه‌گذاری در این بخش فراهم کرده است. وی یادآور شد: در این ارتباط معادل ۱۸۰ میلیارد ریال طرح تاکنون به بانک کشاورزی معرفی شده که بیشتر این طرح‌ها از جمله گلخانه چاه‌گاه و اهرم و تعاونی دام چاه‌خانی دشتستان مربوط به فارغ‌التحصیلان بخش کشاورزی است. منفرد اظهار داشت: همچنین در همه شهرستان‌های استان بوشهر کارگروه توسعه بخش کشاورزی تشکیل می‌شود و طرح‌ها به بانک معرفی خواهند شد.

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: ۸۱ میلیارد و ۳۵۰ میلیون ریال در سال زراعی جاری از محل اعتبارات خشکسالی در بخش کشاورزی استان بوشهر هزینه شد. نوذر منفرد، رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان بوشهر با بیان این مطلب افزود: با این میزان اعتبار، ۲۳ طرح در بخش‌های مختلف آب و خاک از جمله احداث و بهسازی کانال‌های آبیاری، مبارزه با آفات و بیماری‌ها، تأسیسات زیربنایی، اسکان عشایر، پرورش آبزیان، آبخیزداری و آبخوان‌داری، جنگل‌کاری، تثبیت شن و مدیریت مناطق بیابانی، کنترل سیل و رسوب اجرا شده است. وی اضافه کرد: باتوجه به نقش بخش کشاورزی در افزایش تولید ملی امیدواریم در سال تولید ملی با همت و همدلی مسئولان در حمایت از این بخش تأثیرگذار زمینه رونق این بخش در

◆◆◆ اخبار استان

ایجاد مرکز درمانی اجباری و سم‌زدایی برای معتادان الزامی است

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: دستگاه قضایی اعم از دادسرا و دادگاه می‌توانند به راحتی با افراد خاطی در امر اعتیاد برخورد و آنها را مجازات کنند، ولی اعمال مجازات به تنهایی کافی نیست بلکه می‌توان با ایجاد مراکز درمانی اجباری و سم‌زدایی برای معتادان زمینه‌هایی از اعتیاد را برای آنان مهیا کرد. این مطلب را جعفر پورکبگانی فرماندار بوشهر در جلسه کمیسیون مبارزه با مواد مخدر شهرستان بوشهر اعلام کرد و افزود: فرد معتاد مجرم نیست بلکه بیمار است

که برای مقابله و پیشگیری از اعتیاد همکاری و تعامل دستگاه‌ها و نهادهای مختلف اجتماعی شامل خانواده، مدرسه، رسانه‌ها و ... ضروری است. در این جلسه مسئول اطلاع‌رسانی انجمن معتادان گمنام (NA) بوشهر هم به تشریح برنامه‌ها و عملکرد انجمن پرداخت و فرماندار بوشهر نیز اظهار داشت: عملکرد انجمن مورد بررسی قرار خواهد گرفت و بعد از آن هرگونه کمک و همکاری صورت می‌پذیرد.

آشنایی با قوانین شهرداری

قابل توجه شهروندان گرامی در هنگام هرگونه ساخت و ساز

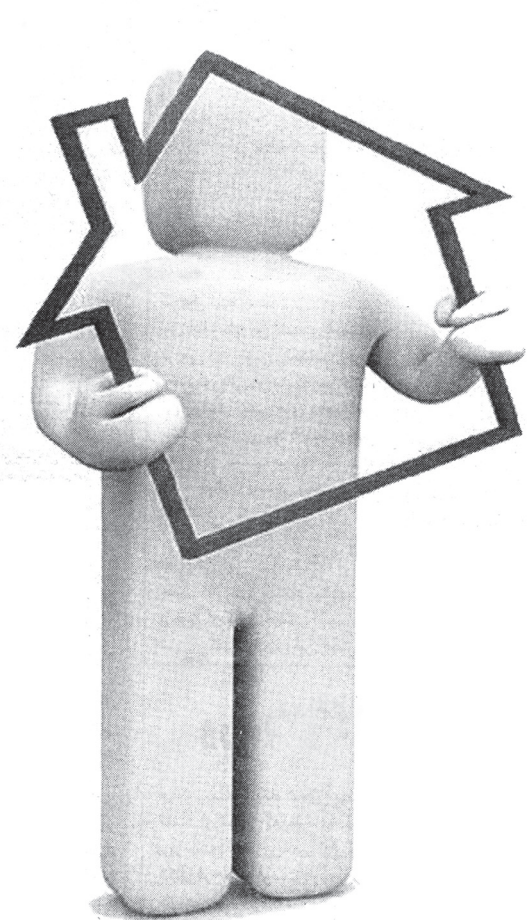
➡ یک شهروند خوب در هنگام هرگونه ساخت و ساز بیش از یک سوم گذر و معبر را به وسیله مصالح ساختمانی اشغال نمی‌کند. در صورت اشغال گذر بیش از این میزان، شهرداری با متخلف برخورد می‌کند.

➡ یک شهروند خوب در هنگام ساخت و ساز، به منظور جلوگیری از هرگونه حادثه برای سایر شهروندان و رعایت نکات ایمنی، دور محوطه کار گاهش را حصار کشی می‌کند.

➡ در معابر کم عرض هرگونه بتون ریزی باید با اجازه کتبی شهرداری باشد.

➡ قراردادن و ریختن هرگونه آهن آلات و مصالح در بیرون محوطه حصار کشی شده ممنوع است.

سامانه پیامکی شهرداری بندر بوشهر ۳۰۰۰۴۸۴۳۴۸



روابط عمومی و امور بین‌الملل شهرداری بندر بوشهر

فضل اله توسلی شهردار:

شهرداری بوشهر به شهروندان متقاضی پروانه ساختمانی وام پرداخت می کند

کمک به نوسازی بافت تاریخی با مشارکت ساکنان و مشابه آن تدوین و طرح مذکور سرعت می گیرد.

توسلی تأکید کرد: همچنین با موافقت شورای شهر، تفاهم نامه ای با بانک انصار منعقد شده است تا با سرمایه گذاری مشترک ۲۵۰ میلیارد ریالی، شهروندان متقاضی ساخت و ساز مسکونی که برای پرداخت عوارض و دریافت پروانه آغاز کار دچار مشکل مالی هستند، وام قرض الحسنه با بهره ۴ درصد دریافت کنند. وی ادامه داد: سقف تسهیلات برای متقاضیان ساخت مسکونی ۲۰ میلیون تومان است که انتظار می رود مشوقی برای ساخت و ساز شهروندان باشد و بتواند بخشی از مشکلاتشان را درخصوص هزینه عوارض برطرف کند. وی گفت: به زودی آغاز پرداخت این تسهیلات اطلاع رسانی می شود.

و این صنف برای نوسازی بازار، شهرداری در زمینه خرید تجهیزات مناسب هم به کمک آنها آمده باشد. توسلی افزود: یخچال و سینی مخصوص مغازه داران بازار ماهی از سوی آنها و با دریافت این وام سفارش داده شده و با نصب آنها، شرایط این بازار مطلوب تر خواهد شد.

وی تأکید کرد: تلاش می کنیم بازار سبزی فروشان را نیز با همکاری مغازه داران همانند بازار ماهی نوسازی کنیم تا از سرعت فرسودگی بخش تجاری شهر جلوگیری شود. در این خصوص طرحی آماده شده و در حال جمع آوری مغازه داران هستیم. وی خاطرنشان کرد: به زودی آیین نامه پرداخت تسهیلات از این محل برای اقشار دیگر نظیر مشارکت در تولید آثار هنرمندان،



بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: این شهرداری به شهروندان متقاضی دریافت پروانه ساختمانی، هنرمندان، ساکنان بافت تاریخی و برخی اصناف تسهیلات پرداخت می کند. فضل اله... توسلی شهردار بوشهر با اعلام این مطلب اظهار داشت: بدنبال پیشنهاد شهرداری

و موافقت شورای شهر، در یک طرح مشارکتی با بانک شهر، ۲۰۰ میلیارد ریال سرمایه گذاری شده تا به منظور ارائه تسهیلات کم بهره به هنرمندان ساکنان بافت تاریخی و اصناف اقدام شود. وی افزود: نخستین فقره از پرداخت تسهیلات این بخش، اسفند سال گذشته و ۵ میلیون تومان برای هر مغازه دار بازار ماهی فروشان صورت گرفته تا پس از مشارکت نتیجه بخش شهرداری

◆◆◆ اخبار استان

آغاز عملیات اجرایی ۳ سد در استان

داد: اختصاص آب هر ۵ سد مخزنی بزرگ استان بوشهر به ظرفیت تنظیمی یک میلیارد و ۵۶ میلیون مترمکعب در سال های ۸۶ تا ۸۹ از کمیسیون اختصاص آب وزارت نیرو اخذ شده است.

وی گفت: تکمیل و طرح مطالعه ۴ سد مخزنی دالکی، باغان و دشت پلنگ و با هوش اهرم به ظرفیت تنظیمی ۵۲۶ میلیون متر مکعب در سال نیز از سال ۸۴ تاکنون صورت گرفته است. مدیرعامل آب منطقه ای بوشهر تصریح کرد: افزایش بهره وری در مصرف آب در بخش صنعت و شرب از برنامه های مهم وزارت نیرو در امور آب است که با جدیت دنبال می شود. رجایی گفت: کشور در این زمینه بهره وری پایینی دارد و با سرانه بهره وری کشورهای توسعه یافته فاصله داریم و برای پرکردن این فاصله باید ظرفیت های مختلفی را به کار بگیریم.

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات:

مدیرعامل آب منطقه ای استان بوشهر، گفت: براساس مصوبات سفر هیات دولت به استان و اختصاص اعتبار در بودجه امسال، عملیات اجرایی ۳ سد مخزنی باغان، دالکی و دشت پلنگ در لایحه بودجه سال ۹۱ کل کشور قرار گرفته و براساس تکلیف حاصله از مصوبات سفرهای دولت عملیات اجرایی این ۳ سد در سال جاری آغاز می شود. وی افزود: آغاز عملیات اجرایی این سدها، تکمیل و مطالعات و شروع عملیات اجرایی شبکه های آبیاری و زهکشی پایین دست و طرح های آبرسانی مربوطه را در پی خواهد داشت. مدیرعامل آب منطقه ای استان بوشهر تصریح کرد: بهره برداری از خط اول آبرسانی از سدکوتر به صورت تدریجی از سال ۸۳ تا ۸۶ صورت گرفته و سالانه به طور متوسط ۵۰ میلیون مترمکعب آب شهرها و روستاهای استان بوشهر را تامین می کند. رجایی ادامه

مهندس پردل: اولویت اجرای طرح های فاضلاب روستایی استان در شهرستان کنگان است

و بار نیز در بخش عسلویه شهرستان کنگان در دستور کار قرار دارد. پردل اضافه کرد: شبکه فاضلاب روستاهای یاد شده در مرحله تشریفات مناقصه است.

مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب روستایی استان بوشهر ادامه داد: با توجه به این که ۱۳ شهر زیر پوشش خدمات این شرکت است مقدمات اجرای طرح فاضلاب در بندر طاهری از توابع شهرستان کنگان هم آغاز شده است. وی اظهار داشت: در استان بوشهر اولویت اول برنامه های شرکت آب و فاضلاب روستایی، بهبود و اجرای طرح های آبرسانی است و فاضلاب در مرحله بعدی قرار دارد.

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات:

مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب روستایی استان بوشهر گفت: با توجه به بستر سنگی و سخت بودن دفع و جذب فاضلاب در شهرستان کنگان، اولویت اجرای این طرح ها در مناطق روستایی شهرستان یاد شده است. به گزارش روابط عمومی شرکت آبفای استان بوشهر؛ محمدپردل افزود: براساس مصوبه سفر سوم هیات دولت به استان بوشهر، اجرای طرح فاضلاب در روستاهای هاله، سباتین و دویره احمدی شهرستان های کنگان و بوشهر باید انجام شود.

وی یادآور شد: افزون بر اجرای فاضلاب روستاهای هاله و سباتین دو روستای صفیه

موفقیت های امروز کشور مدهون جانفشانی و ایثارگری شهداست

موفقیت های امروز کشور را مدهون جانفشانی ها و ایثارگری های بزرگ شهدا هستیم. فرماندار گناوه تأکید کرد: خون شهدا، انقلاب را بیمه کرده است و اگر ایثارگری ها و از خود گذشتگی های شهدا و رزمندگان نبود، امروز نمی توانستیم درآسایش و امنیت زندگی کنیم و دیدار با خانواده شهدا تکلیف است که باعث هدایت، معنویت و تقویت روحی شود.

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات:

فرماندار گناوه به همراه جمعی از مسئولین، با امضای خانواده شهید غلامحسن کرمی و شهید عبدالحسین شیخزاده دیدار کردند. فرماندار گناوه دراین دیدار دعای خیر خانواده شهدا را بدرقه راه این ملت و مملکت دانست و افزود: مردم ما هرگز ایثارگری های شهدا را فراموش نخواهند کرد. احمدی جعفری نسب افزود:

خیریه امام جعفر صادق (ع) مسجد جامع عطار بوشهر آماده دریافت هدایای نقدی و اجناس شما برای نیازمندان تحت پوشش است

خیریه امام جعفر صادق (ع) مستقر در مسجد جامع عطار بوشهر با قدمت بیش از ۵۰ سال سابقه خدمت به خانواده های بی سرپرست و نیازمند، آماده ذبح و توزیع گوسفند قربانی، جمع آوری صدقه و نذورات و طبخ غذاهای نذری و غیره... و تأمین هزینه عروسی ایتام، دریافت وسایل منزل (لباس و غیره) نو یا دست دوم (سالم)، دریافت غذای مازاد مراسم برای توزیع بین ۴۰۰ خانواده بی بضاعت و بی سرپرست تحت پوشش خیریه، است.

۰۹۳۹۱۷۱۶۴۷۰ - ۰۹۱۷۱۷۱۶۴۷۰ - ۲۵۴۲۹۲۹ - ۲۵۲۲۹۱۲

تلفن های تماس

فعالیت‌های شرکت توزیع برق استان بوشهر در سال ۹۰

پیشخوان دولت واگذار شده است. وی خاطرنشان کرد: شفاف‌سازی امور، تسریع در ارائه خدمات به صورت شبانه‌روزی، افزایش بهره‌وری و اشتغالزایی از مزایای عمده واگذاری این فعالیت‌ها و در نتیجه اصلاح روش‌های تکریم ارباب رجوع بوده است. مهندس رضوی در ادامه از تلاش و جدیت کارکنان در ارتقای خدمت‌رسانی به مردم استان سخن گفت و اضافه کرد: این شرکت در سال گذشته افتخارات متعددی در بخش‌های مختلف کسب کرده که این افتخارات در نتیجه همکاری و در سایه تلاش شبانه‌روزی پرسنل برق استان حاصل شده است.

وی عنوان کسب شده برای شرکت توزیع برق را کسب رتبه نخست در زمینه جلب همکاری و مشارکت صنایع در بین شرکت‌های کسب رتبه برتر در زمینه رشد فعالیت‌های اجرای در سطح استان کسب رتبه ممتاز در زمینه توسعه خدمات دولت الکترونیک دانست و اظهار داشت: فعالیت‌های این شرکت در حوزه صنعت برق استان در سال گذشته رشد ۳۵ درصدی نسبت به ۱۵ سال گذشته داشته است.

مدیرعامل شرکت توزیع برق در ادامه اظهار امیدواری کرد: انتظار می‌رود به منظور ارائه برق مطمئن و پایدار به مشترکین با همکاری مردم سطح کیفی خدمات افزایش یابد.

وی با اشاره به اینکه شرکت توزیع برق استان به صورت درآمد - هزینه به مردم خدمت‌رسانی می‌کند گفت: هرگونه تأخیر در پرداخت صورتحساب برق مصرفی باعث تأخیر در خدمت‌دهی به سایر مشترکین خواهد شد.

وی در پایان اضافه کرد: این شرکت آمادگی هرگونه همکاری و ارائه مشاوره در زمینه‌های مختلف از جمله ممیزی انرژی و مدیریت مصرف را به شهروندان، صاحبان صنایع، ادارات و سایر بخش‌ها دارد.

دستور کار این شرکت قرار دارد. وی در ادامه به تامین برق مورد نیاز متقاضیان پروژه‌های مسکن مهر اشاره کرد و گفت: با احداث ۴۰ دستگاه پست‌هوایی و زمینی، احداث ۹ کیلومتر شبکه فشار ضعیف و احداث ۳۵ کیلومتر شبکه فشار متوسط و با هزینه‌ای معادل ۵۰ میلیارد ریال برای ۲۰۰۰ متقاضی برق‌رسانی انجام شده است. مدیرعامل شرکت توزیع برق گفت: متناسب با فعالیت‌های بخش توسعه و برق‌رسانی به مردم فعالیت‌های مطلوبی هم برای افزایش کیفیت ارائه خدمات صورت گرفته است. وی از استقرار سیستم اطلاعات جغرافیایی GIS و استقرار سیستم مدیریتی MIS و سیستم اتوماسیون توزیع در سال گذشته خبر داد و گفت: به منظور سهولت در ایجاد ارتباط و افزایش سرعت خدمت‌رسانی به مشتریان بستر مخابراتی و ارتباطی در بخش دیسپاچینگ توزیع ارتقاء داده شده است. مهندس رضوی با بیان این که ۹۹/۴ درصد مشترکان صورتحساب برق مصرفی خود را در سال گذشته غیرحضور پر پرداخت کرده‌اند، تصریح کرد: این شرکت برای اشاعه ترویج فرهنگی پرداخت غیرحضور صورتحساب در بین مردم از طریق رسانه‌ها و سامانه پیام کوتاه اقدام کرده است.

وی در ادامه افزود: مشترکین برق می‌توانند شماره پرونده خود را که بر روی قبوض برق درج شده است به سامانه پیام کوتاه این شرکت به شماره ۳۰۰۰۲۱۲۱ ارسال کنند و آخرین مبلغ دوره مصرفی خود را دریافت دارند. رضوی همچنین اضافه کرد: مشترکان می‌توانند قبض برق مصرفی خود را از طریق وب سایت این شرکت به آدرس pay.becd.ir مشاهده و پرداخت کنند.

مدیرعامل شرکت توزیع برق استان با اشاره به این که ارتقای سطح کیفی خدمات برای آسایش شهروندان و تکریم ارباب رجوع انجام شده است، اظهار داشت: تمامی امور تصدیگری در حوزه خدمات مشترکان به دفاتر

بندربوشهر - خبرنگار اطلاعات: روند توسعه خدمات و بهبود برق استان در سال گذشته، فعالیت‌ها و عملکرد شرکت توزیع برق استان در بخش‌های مختلف در گفتگویی با مدیرعامل این شرکت تشریح شد. مهندس سیدرضا رضوی گفت: پروژه‌های مهمی در سال گذشته در سطح استان در بخش‌های توسعه و احداث، اصلاح و بهینه‌سازی، ارتقای ظرفیت شبکه، برق‌رسانی شهری و روستایی، برق‌رسانی به مسکن مهر و توسعه خدمات دولت الکترونیک انجام شده است. وی یکی از پروژه‌های مهم در سال گذشته را طرح تبدیل ولتاژ ۱۱ به ۲۰ کیلوولت ذکر کرد و گفت: تاکنون ۱۲۰ میلیارد ریال برای اجرای این پروژه هزینه شده است. وی افزود: با توجه به اهمیت این پروژه در شهر بوشهر تاکنون ۷۰ درصد پیشرفت فیزیکی داشته و پیش‌بینی می‌شود با تخصیص اعتبارات مورد نیاز که ۲۰۰ میلیارد ریال برآورد می‌شود تا سال آینده این پروژه به اتمام برسد. مهندس رضوی اظهار داشت: در سال گذشته عملیات اجرایی ۳۲۰ پروژه برق‌رسانی به پایان رسیده که شامل احداث ۷۰ کیلومتر شبکه فشار ضعیف، احداث ۱۰۰ کیلومتر شبکه فشار متوسط و احداث ۳۰۰ دستگاه پست هوایی است. وی یادآور شد: ۷ دستگاه پست زمینی احداث و تجهیز و ۴ کیلومتر روشنایی در نقاط مختلف استان ایجاد شده است. مدیرعامل شرکت توزیع برق استان از جذب ۲۵ هزار مشترک جدید در سال گذشته خبر داد و گفت: برای برق‌رسانی به این متقاضیان ۲۵۰ میلیارد ریال هزینه شده و شمار مشترکین برق استان به ۳۳۰ هزار مشترک رسیده است. رضوی گفت: برق‌رسانی به روستاهای محروم و دور افتاده از اولویت برنامه‌های شرکت برق استان است و در سال گذشته ۵ روستا با استفاده از انرژی خورشیدی با اعتبار ۴ میلیارد ریال برقرار شد. همچنین در سال جاری این طرح برای سایر روستاهای دور افتاده در

◆◆◆ اخبار استان

پایان تعمیرات اساسی دوره‌های مجتمع پتروشیمی نوری

بندربوشهر - خبرنگار اطلاعات: با تلاش کارشناسان و کارکنان تعمیرات و بهره‌برداری، بهداشت، ایمنی و محیط زیست (HSE) و دیگر حوزه‌های مجتمع پتروشیمی نوری، تعمیرات اساسی با رعایت کامل ایمنی و در حداقل زمان



ممکن و مطابق برنامه زمان‌بندی انجام شد. براساس این گزارش، در این تعمیرات که به صورت شبانه‌روزی و ۱۹ روز به طول انجامید، ۵۰۰ نوع تجهیزات و دستگاه‌های ثابت و دوار شامل برج،

کوره، مبدل حرارتی، پمپ، کمپرسور، توربین و غیره با انجام بیش از یک‌هزار مورد کار عملیاتی، مورد بازرسی و تعمیرات قرار گرفت. این گزارش حاکی است: مهم‌ترین کارهای انجام شده در این دوره از تعمیرات اساسی مجتمع پتروشیمی نوری، تعمیرات راکتورهای واحد CCR و مشعل مجتمع است. براساس این گزارش، تعمیرات اساسی این مجتمع که یکی از بزرگ‌ترین مجتمع‌های پتروشیمیایی کشور است با انجام حدود ۱۳۰ هزار نفر ساعت کار، بدون هیچ حادثه‌ای در بالاترین کیفیت به سرانجام رسید. مجتمع پتروشیمی نوری (برزویه) یکی از بزرگ‌ترین مجتمع‌های تولیدکننده مواد آروماتیک در جهان، در منطقه ویژه اقتصادی انرژی پارس در عسلویه در جنوب استان بوشهر واقع است.

اجرای طرح فازهای ۲۲ تا ۲۴ پارس جنوبی به نیمه رسید

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: کل پیشرفت فیزیکی فازهای در دست اجرای ۲۲ تا ۲۴ پارس جنوبی در بخش‌های مختلف سکو و خشکی به ۵۰ درصد رسیده است. فرهاد ایزدجو، مجری طرح توسعه‌ای فازهای ۲۲ تا ۲۴ پارس جنوبی با بیان این مطلب افزود: پیشرفت این فازها در بخش‌های سکو بیش از ۸۴/۳۷ و خشکی ۳۷/۶۲ درصد است.

وی اضافه کرد: در قسمت FEED پیشرفت سکوه‌ای فازهای ۲۲ تا ۲۴ پارس جنوبی تاکنون حدود ۶۶/۹۸ درصد، خط لوله ۱۰۰ درصد و بخش خشکی هم ۱۰۰ درصد است. ایزدجو بیان کرد: همچنین مطالعات مخزن و مهندس بخش حفاری حدود ۶۱/۸۸ درصد پیشرفت دارد. وی گفت: برای بخش‌های سکو ۲۲۵ مورد، خشکی ۳۱۱ مورد، خط لوله ۱۷ مورد و حفاری ۶ مورد سفارش کالا صادر شده است.



رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان بوشهر:

تکمیل طرح‌های نیمه‌تمام صنعتی و معدنی و تأمین نقدینگی آنان از اولویت‌های اصلی استان است

سال جاری را بنام سال تولید ملی و حمایت از کار و سرمایه ایرانی نامگذاری نموده‌اند جستجو می‌کنیم و افتخار داریم که با زحمات و تلاش همکاران در شرکت ناپکو و شرکت نمایشگاه‌های بین‌المللی استان بوشهر در راستای معرفی تولیدات صنعتی و معدنی استان گام‌های مؤثری برداشته شده است چون این امر می‌تواند سهمی بزرگ در توسعه استان داشته باشد که در این رابطه از همه دست‌اندرکاران دومین نمایشگاه تخصصی صنعت و معدن و تجارت سپاسگزاری به عمل می‌آید.



بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: در سال تولید ملی و حمایت از کار و سرمایه ایرانی آقای اسماعیل مرحمتی رئیس سازمان صنعت و معدن و تجارت استان بوشهر اولویت‌های اصلی سازمان صنعت و معدن و تجارت را در سال جاری در گفتگویی با رسانه‌های گروهی تشریح کرد:

وی یکی از برنامه‌های اولویت‌دار این سازمان را تکمیل طرح‌های نیمه‌تمام صنعتی و معدنی با پیشرفت فیزیکی بالای ۶۰ درصد اعلام کرد و اظهار داشت: برای تکمیل این طرح‌ها در سطح استان نیاز به مبلغ ۵۰۰۰ میلیارد ریال است. همچنین نیاز به مبلغ ۴۵۰ میلیارد ریال تأمین نقدینگی واحدهای

تولیدی استان مرتبط با پرداخت سرمایه در گردش آن است که جمعا حدود ۷۵ واحد تولیدی برای تثبیت اشتغال در آنان را شامل می‌شود.

آقای مرحمتی با تأکید بر امر ذخیره‌سازی کالاهای اساسی با اولویت ۱۱ قلم کالای اساسی از جمله برنج، شکر، ذرت، سویا، روغن، مرغ و... به بحث اجرای قانون هدفمندی یارانه‌ها اشاره کرد و اظهار داشت: برای واحدهای صنعتی استان متأثر از اجرای قانون هدفمندی یارانه‌ها مبلغ ۴۰ میلیارد ریال تسهیلات اختصاص یافته است.

آقای مهندسی مرحمتی مهمترین برنامه‌های دهه تولید ملی در استان را برگزاری همایش تقدیر از صنعتگران، معدنکاران، اصناف نمونه استان، افتتاح و بهره‌برداری از ۴ طرح بزرگ صنعتی و معدنی استان با حضور مسئولین ارشد کشوری و استان با حدود سرمایه‌گذاری ۱۴۴ میلیارد ریال و اشتغال ۲۴۶ نفر اعلام کرد و در مورد بهره‌برداری از طرح‌های بزرگ صنعتی اظهار داشت: ۲۰ درصد از سرمایه‌گذاری طرح‌ها که شامل مبلغ ۳۰ میلیارد است توسط بانکهای عامل استان و ۸۰ درصد دیگر توسط متقاضیان سرمایه‌گذاری شده است.

رئیس سازمان صنعت معدن و تجارت استان بوشهر با تأکید بر تشدید بازرسی‌ها و مقابله با گرانفروشی‌ها و متخلفین به بحث تنظیم بازار اشاره کرد و اظهار داشت: در رابطه با بحث تنظیم بازار جلسات مکرری برگزار شده است و در این راستا کمیسیونهای نظارت و شورای کنترل و نظارت جلسات مرتبط با این امر را به صورت مستمر تشکیل می‌دهند.

وی به برنامه‌ریزی به منظور تدوین اولویت‌های جدید سرمایه‌گذاری صنعتی و معدنی و تجارت در استان اشاره کرد و اظهار داشت: توانمندیهای تولیدی استان را در راستای فرمایشات مقام معظم رهبری که

رئیس عقیدتی سیاسی فرماندهی انتظامی استان بوشهر: انقلاب اسلامی مدیون ایثار شهیدان و جانبازان است

حجت‌الاسلام بهشت آئین در دیدار با جانبازان در سالن اجتماعات ستاد این فرماندهی، از مقام و منزلت جانبازان ناجا تجلیل و ایثار و از خودگذشتگی آنان را نشأت گرفته از قیام ابا عبدالله الحسین (ع) و فداکاری حضرت ابوالفضل العباس (ع) دانست و اظهار داشت: جامعه اسلامی مدیون شجاعت، ایثار و فداکاری شهیدان و جانبازان است.

وی خاطرنشان کرد: امروز مجموعه پلیس بوشهر مفتخر است، بیش از ۲۲۰ شهید زنده در مقابله با مخلان نظم و امنیت و بدخواهان انقلاب اسلامی عضوی از اعضاء خود را اهداء کرده‌اند. رئیس عقیدتی سیاسی فرماندهی انتظامی استان بوشهر در پایان با اشاره به خانواده‌های جانبازان گفت: زحماتی که همسران و فرزندان این جانبازان می‌کشند در واقع کمتر از جهاد و جانبازی نیست و قابل تقدیر و ستایش است.

یک جوان بوشهری رتبه اول بخش هنری جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع) در کشور را به خود اختصاص داد



بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: یک جوان بوشهری نفر اول بخش هنری جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع) در تهران شد. مسعود مظلومی‌وند جوان بوشهری موفق شد با شرکت در جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع) مقام نخست کشوری در بخش هنری را به خود اختصاص دهد و لوح تقدیر و جایزه ویژه جشنواره را از عبدالرضا شیخ‌الاسلامی وزیر تعاون کار و رفاه اجتماعی دریافت کند. در قسمتی از این تقدیرنامه آمده است: جوانان عصاره فضایل و خلاقیت‌های جامعه و توانمندترین نیروهای کشورند و همیشه فرزندانانی از این خاک بوده و هستند که با شکوفایی استعدادهای نهان، نام این سرزمین را بر بلندای برترین‌های جهان با افتخار طنین‌انداز نمایند.

◆◆◆ اخبار استان

عرضه و استعمال قلیان (میوه‌ای و غیره) در اماکن تفریحی بوشهر ممنوع شد

بندر بوشهر - خبرنگار اطلاعات: فرماندار بوشهر گفت: یکی از مواردی که موجب نارضایتی شهروندان شده و به نوعی تهدید علیه سلامت عمومی به شمار می‌رود عرضه و استعمال قلیان در اماکن تفریحی است. جعفر پورکبگانی اظهار داشت از عرضه و استعمال قلیان (میوه‌ای و غیره) در اماکن تفریحی و پارک‌ها جلوگیری به عمل خواهد آمد و این موضوع هم به صورت زیرنویس از صدا و سیما و نصب بنر در اماکن تفریحی و ارسال پیام کوتاه اطلاع‌رسانی می‌شود. فرماندار بوشهر درمورد چگونگی جلوگیری از عرضه و استعمال قلیان افزود: تیمی متشکل از نیروی انتظامی شهرداری (سد معبر و فضای سبز) و مرکز بهداشت نسبت به اجرای آن اقدام و در صورت تکرار عرضه و استعمال و عدم تمکین به این مورد با تشکیل شعبه ویژه در دادسرا نسبت به معرفی افراد خاطی اقدام می‌کنند. جعفر پورکبگانی بیان داشت: ساحل زیبای بوشهر محل تفریح خانواده‌هاست و نباید به وسیله عرضه و استعمال قلیان به محلی نامناسب از نظر بهداشتی تبدیل شود.

فرمانده انتظامی استان بوشهر: شهدا مسیر سعادت را ترسیم کردند

فرمانده انتظامی استان بوشهر با بیان این که شهداء از جنس انسان‌های دنیوی نبودند گفت: خون سرخ شهید مسیر سعادت و خوشبختی انسانها را ترسیم می‌کند.

سرتیپ دوم حیدر عباس‌زاده فرمانده انتظامی استان بوشهر به همراه روسای عقیدتی سیاسی، حفاظت اطلاعات، معاون نیروی انسانی، مدیر امور ایثارگران و رئیس دفتر فرماندهی با خانواده ۳ شهید ناجا در بوشهر دیدار و از آنان دلجویی کرد. برپایه این گزارش عباس‌زاده از خدمت به خانواده معظم شاهد به عنوان بالاترین اولویت کاری خود در استان بوشهر نام برد و اظهار داشت: نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران مدیون خون شهدا و ایثارگری‌های شهدا و خانواده معظم شهدا می‌باشد. وی با بیان این که استقلال و آزادی ما نتیجه پایمردی و جانفشانی‌های شهدای سرافراز می‌باشد تصریح کرد: این یک اعتقاد قلبی و نشأت گرفته از باور دینی ماست. گفتنی است فرمانده انتظامی استان بوشهر با خانواده‌های شهید حسین خیراندیش، شهید عبدالحسین حمایتی و شهید بحرینی دیدار و ضمن استماع مسائل و مشکلات آنان لوح یادبود و هدایایی به آنان تقدیم کرد.

بوشهر: خیابان امام خمینی روبروی بانک کشاورزی
تلفن: ۰۷۷۱ - ۳۵۳۶۶۳۰
همراه: ۰۹۱۷۱۷۲۱۷۷۱
نمبر: ۰۷۷۱ - ۳۵۳۶۶۳۱

فقط با ما تماس بگیرید
«با نازلترین قیمت»

برای چاپ بموقع روزنامه اطلاعات سراسری
آگهی‌های خود در نیازمندیها و اطلاعات بوشهر